LE GOÛT DU JAPON N°25 - hiver 2010

# WASABI

Les restaurants japonais quartier par quartier

www.wasabi.fr



## FUSION
LA LECON DE CUISINE DE NOBU

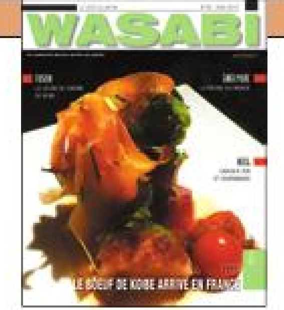
## GINGEMBRE
LA RACINE QUI MONTE

## NOEL
CADEAUX ZEN ET GOURMANDS

dossier

?????

## LE BOEUF DE KOBE ARRIVE EN FRANCE



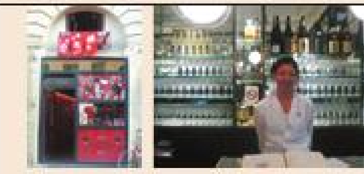

## Effet bœuf

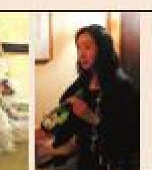
Durant des siècles et jusqu'à l'arrivée au pouvoir de l'empereur Meiji, en 1868, le bouddhisme interdisait aux Japonais de consommer de la viande de bœuf. Un interdit si puissant que ceux qui étaient en contact avec la chair de cet animal ou même seulement sa peau -les tanneurs- vivaient dans des hameaux (*buraku*) séparés et ne pouvaient se mélanger au reste de la population.
Cela n'a pas empêché les Japonais, dès l'interdit levé, d'intégrer le steak dans leur menu (ils consomment aujourd'hui plus de viande que de poisson !) ni le wagyu (bœuf japonais) de devenir, dès la fin du XIXe siècle, l'une des viandes les plus réputées du monde. Un véritable mythe s'est même créé autour du bœuf de Kobé soi-disant nourri et massé à la bière...
En réalité, les importations massives de bétail en provenance des Etats-Unis et d'Australie ont peu à peu fait perdre à la race japonaise ses précieuses caractéristiques génétiques et les rares élevages de bovins 100% wagyu ont été si durement touchés par la maladie de la vache folle que ceux qui ont survécu sont aujourd'hui protégés comme une espèce en voie de disparition.
Certes, on trouve, dans de nombreux pays occidentaux, des viandes vendues à prix d'or sous l'appellation wagyu. Généralement importées d'Australie ou du Canada, elle proviennent presque toujours d'animaux issus de croisements et ne possèdent pas les qualités nutritives et gustatives de la pure race japonaise.
Nous avons cependant découvert, dans le nord de la France, un élevage de bovins 100% wagyu que son propriétaire, Johan Hemelaere, a démarré au début des années 2000 à partir d'embryons congelés. Son cheptel compte aujourd'hui près de 80 bêtes et il fournit déjà les plus grandes tables d'Europe. Vous pourrez lire son incroyable histoire en p.14 et même passer votre commande pour Noël…
Rassurez-vous, nous avons aussi pensé aux budgets plus modestes et vous proposons, p. 6, une sélection de cadeaux « zen et gourmands » à offrir à vos amis nippophiles ou nippophages.
Nous souhaitons aux uns comme aux autres de très bonnes fêtes.


- COUVERTURE : NOBU AU RITZ (PHOTO I. YAKA POUR WASABI)
- RÉDACTION : **AIBA** KIYOSHI, LÉONOR **GRASER**, TINKA **KEMPTNER**, CATHERINE **LEMAÎTRE**, GUILLAUME **LOIRET**, PATRICK **MANASSON**, RAPHAËLLE **MARCADAL**, BRIGITTE **PERRIN**, JEAN-LUC **TOULA-BREYSSE**, **YAMADA** MITSURU.
- CONSEILLERS ÉDITORIAUX : **HIGASHIUCHI** TOSHIMASA, **MURATA** YUKIKO, DR KATHY **BONAN** (NUTRITION)
- CONCEPTION VISUELLE : CYRILLE **MORILLON**
- PUBLICITÉ : **01 42 08 50 47**
- IMPRESSION : **Groupe-Morault**
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : PATRICK **DUVAL**

WASABI EST UNE PUBLICATION THÉMA PRESS SARL,
**40 RUE DE MOUZAIA, 75019 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47**
MAIL : **info@wasabi.fr**
SITES INTERNET **: www.wasabi.fr et www.chef-sushi.com**
**ISSN : 1767-6142**


SOMMAIRE





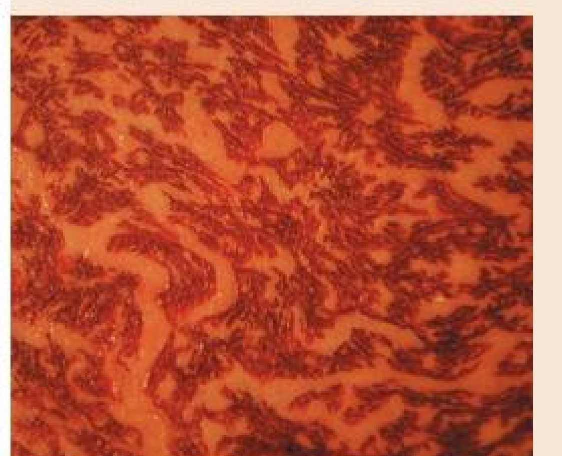










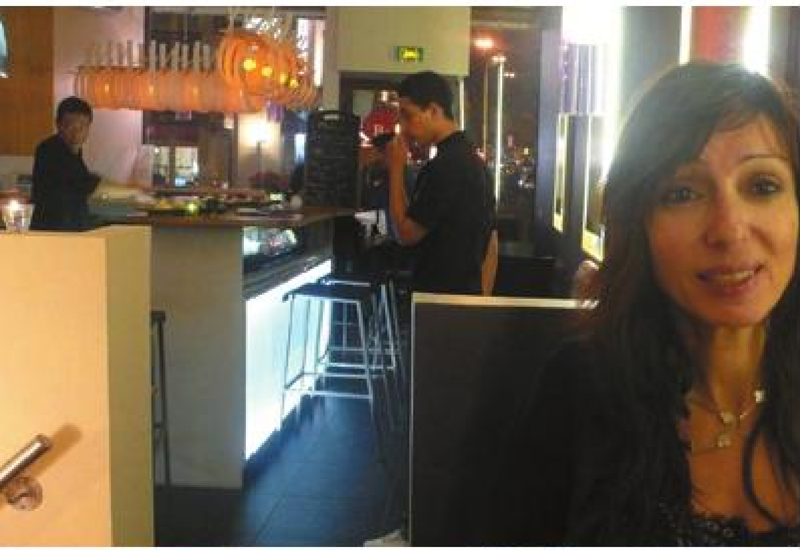














*Le menu Hanami de chez Icho.*

**ICHO**

## Enfin un japonais **fréquentable à Bastille !**

Bon, c'est vrai que Haroun Tanovan, le chef d'Icho, n'est pas vraiment japonais (il est laotien) mais il n'en a pas moins appris son métier de chef sushi au Japon, à Tsukuba très exactement, et possède une bonne technique des sushi et des maki. Une maîtrise suffisante, même, pour lui permettre d'ajouter sa touche personnelle comme cette délicieuse purée à base de carottes et de gingembre dont il nappe son tartare de chinchard.
Pas la peine de vous fatiguer à lire la longue liste de plats proposés sur la carte car il n'y en a aucun. La serveuse vous présente d'ailleurs en même temps une ardoise sur laquelle ne figurent que 3 plats, tous à base de poisson cru vous expliquant que « d'une part, on n'a personne en cuisine pour les préparer et que, d'autre part, tout le monde ici choisit le poisson cru… » Dommage pour le concept d'izakaya (bistro à la japonaise) au coeur de Paris qu'on nous promettait sur le site. C'est donc le chef Haroun qui, derrière son comptoir, débite seul mais à toute vitesse sushi et maki pour une clientèle à la fois branchée et connaisseuse. Vous n'aimez pas la seiche ? Le chef la remplacera sans problème par un autre ingrédient. Nous avons quant à nous goûté l'assiette « hanami » (30 ) : une sorte de omakasé (c'est Haroun qui décide) à base de poissons et coquillages du marché avec, cette fois-ci, de la noix de saint-Jacques, des maki California à la tempura de crabe mou et des maki « rainbow » au saumon un tantinet collants. Notre invitée a sans doute été mieux inspirée en choisissant le sashimi qui, bien que moins cher (25 ), comprenait de l'oursin (bingo !) et du vernis (re-bingo !). Une bonne raison de revenir à laquelle il faut ajouter le décor, tendance nippo-moderne et notamment, derrière le chef, cette fascinante feuille de ginko en verre creusée sur un placard en bois clair. ■

**Icho, 3 rue des Tournelles Paris 4e. 01 44 78 03 92.**

**HAPPATEÏ**

## **1er takoyaki** parisien

C'était l'une des rares spécialités japonaises (avec le fugu !) introuvable en France jusqu'il y a encore quelques mois. Les Parisiens peuvent désormais déguster, comme à Osaka d'où ce plat est originaire, ces délicieuses boulettes en pâte à crêpes, fourrées au poulpe. Même si vous n'entrez pas, vous pouvez vous arrêter devant la vitrine du restaurant pour regarder le chef retourner avec une pique les petites sphères de la taille d'une balle de golf jusqu'à ce qu'elles soient parfaitement dorées. Il les nappera ensuite d'une sauce sucrée avant de vous les servir bien brûlantes (attention, c'est encore plus chaud à l'intérieur !). Cette petite échoppe qui semble directement importée du Kansaï (région de Kyoto et Osaka) sert également l'okonomiyaki, autre grande spécialité d'Osaka : une grosse crêpe sur laquelle on fait littéralement fondre du chou finement émincé et, suivant votre goût (signification de okonomi), du porc ou des crevettes. A la fin, on ajoute des copeaux de bonite séchée qui dansent sur la crêpe comme une nuée de papillons. Mais ça, on connaissait déjà (Aki rue Sainte-Anne)... ■

**Happa Teï, 64 rue Sainte-Anne, Paris 2e. 01 42 96 60 40.**









*Le bar a été conservé mais saké et shochu ont remplacé Pastis et Dubonnet.*

**KUNITORAYA FRANCE**

## Udon ? Mais ici, bien sûr !

Il faut vraiment qu'on soit au coeur du Little Tokyo parisien, entendez les environs de la rue Sainte-Anne, pour voir une antique brasserie avec boiseries et miroirs, Chez Pauline, devenir en un clin d'oeil l'un des japonais les plus branchés de la capitale. Les auteurs de cet élégant hold-up n'en sont pas à leur coup d'essai puisqu'ils nous régalent depuis près de 20 ans des meilleurs udon de la capitale. Les connaisseurs auront immédiatement compris que nous parlons ici de Kunitoraya, le roi de la nouille de blé faite maison, succursale parisienne d'une très honorable maison sise à Tokyo.

Plutôt que de céder à la facilité de dupliquer la cantine de la rue Sainte-Anne, Masafumi Nomoto, le patron, qui fut autrefois chef de cuisine française, a voulu tenter quelque chose de plus haut de gamme même s'il s'agit toujours, au bout du compte, de nous faire avaler un bol de nouilles ! A midi, par exemple, il propose un bento (37 €) composé de tempura bien croustillantes, d'un *mushi sushi*, sushi d'anguille à la vapeur servi dans une tasse en bois carrée, et bien sûr d'un bon bol de udon fumant exhalant un délicat parfum de yuzu. Le soir, on a le choix entre plus de 20 sortes de udon, chaudes et froides, accompagnées de boutargue et de daikon, de miso et d'oeufs de caille ou encore de bulots et de poireaux… Les fans de *onigiri* (boulette de riz fourrée) trouveront ici leur bonheur avec des *onigiri* au shiso ou au saumon.

La cuisine ouverte en inox, joliment rhabillée en carrelage blanc façon métro, est un magnifique exemple de déco réussie, alliant l'épure japonaise au plus pur style parisien. Attention : à peine ouverte, cette nouvelle adresse est déjà prise d'assaut et il est indispensable, pour être sûr d'avoir une place, de réserver quelques jours à l'avance. ■

**Kunitoraya France, 5 rue Villedo, Paris 1er. 01 47 03 07 74.**
**F. le mercredi.**

## Saké : le retour

A l'initiative de deux jeunes passionnés, Thomas et Jun, des dégustations seront organisées une fois par mois au restaurant You Lin dans le 5e arrondissement de Paris ou chez Sola, une nouvelle adresse franco-nipponne dont nous vous parlerons dans le prochain numéro. Vous goûterez des sakés différents (provenant chaque mois d'une nouvelle région du Japon) accompagnés de plats soigneusement sélectionnés pour un accord mets-saké parfait.
Inscriptions et renseignements sur le site www.sakebar.fr. Il est également possible de commander en ligne toutes sortes de sakés ainsi que des shochus et des whiskies japonais. ■



NOËL

# Cadeaux zen et gourmands

## 1 Une râpe en peau de requin

La râpe en peau de requin est l'ustensile utilisé traditionnellement au Japon pour râper la racine fraîche de wasabi. Vous serez cependant surpris lors de son utilisation en tant que zesteur.

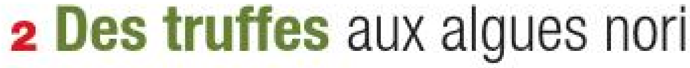
La peau de requin est très rugueuse et lorsque vous frottez un agrume frais (orange, citron…) ou un légume comme la carotte, la betterave ou le céleri sur cette râpe, vous obtenez une pâte très homogène, nullement granuleuse. Pour les agrumes, seul le zeste reste sur la râpe car la peau de requin glisse sur la partie blanche et préserve ainsi l'écorce de son amertume.

**A commander sur le site : www.nishikidori-market.com. 32, 30 €.**









## 2 Des truffes aux algues nori

C'est évidemment en Bretagne qu'est née cette idée saugrenue d'associer cacao et algues. Dans la tête de Pascal Pochon, plus exactement, maître chocolatier aux Thermes marins de Saint-Malo et inlassable explorateur de goûts nouveaux. Parmi une quinzaine de parfums originaux tels que cardamone verte, mangue safran ou encore piment d'Espelette, l'audacieux artisan a voulu tenter ce mariage inédit du nori et du chocolat blanc. Une réussite !

**Coffret de 110 gr : 11 €. 220 gr : 22 €.**

**A commander sur www.chocolat-thermesmarins.com**




## 3 Un Kokeshi bento

Les kokeshi bentos sont le mariage de la boîte bento et de la kokeshi, la poupée traditionnelle en bois.

Ces petits bentos sont au nombre de 6 :

Hanako et Ichiro les japonais pour les amoureux des sakura, Tom le cuistot et Marie la soubrette (photo), Rin et Ron les copains de Chine et les deux célèbres Kintaro et Momotaro.

Chacun des ces bentos est composé de 2 compartiments ronds, le compartiment supérieur possède un couvercle hermétique et leur coiffe est un bol pour y servir une soupe instantanée.

**A commander sur le site www.satsuki.fr. 19, 95 €.**

## 4 Un plat en porcelaine d'Arita

Cette région de l'île de Kyushu est l'une des plus célèbres pour ses porcelaines. Au point que les plus grandes manufactures européennes telles que Deft, Meissen ou Saint-Cloud s'en inspirèrent pour développer leur propre technique et leur propre style.

Ce plat traditionnel bleu et blanc reprend un paysage de pins à l'encre de Chine du 17e siècle. On peut l'utiliser pour présenter du sashimi *usuzukuri* (coupé très fin) afin qu'à travers la chair, on puisse distinguer le dessin.

**En vente chez Minowa, 13 rue de la Villette, Paris 75019. 120 €. 01 43 38 96 24.**

## 5 Boîte à 3 étages « Kanzaburo »

Cette boîte laquée avec des motifs de feuilles de ginko peut servir de bento pour présenter des plats (japonais ou français) mais également d'élégant vide-poches.

**Elle est en vente 58 € sur le site www.cool-japan.eu ou à la boutique, 45 rue Sainte-Anne, Paris 1er. 01 42 60 20 85.**

## 6 Un moule à Takoyaki

Ce plat originaire d'Osaka se compose d'une boulette de pâte à crêpe fourrée avec un morceau de poulpe. Vous pouvez aller prendre une leçon chez Happatei (voir page 4) avant de tenter l'expérience avec le moule ci-dessus. Sinon, vous pouvez toujours l'utiliser comme objet de décoration.

**En vente chez Kinomoya, 11 rue du pont Louis-Philippe 75004 PARIS. 01 48 87 30 24.**






## 7 **Une bouteille** de (très bon) vin japonais

Voici un cadeau original qui surprendra vos amis amateurs de grands crus. Le viticulteur bordelais Bernard Magrez s'est associé à des vignerons japonais de la région de Yamanashi (vers le mont Fuji) pour produire un vin blanc , le Koshu de Katsunuma, qui a séduit même le très pointilleux Robert Parker : « Sec et gouleyant, le Koshu de Bernard Magrez a des notes très riches. S'il poursuit dans cette voie, il empruntera beaucoup des qualités du Muscadet », écrit le célèbre critique.

**Quelques bouteilles sont en vente à la boutique parisienne de Bernard Magrez au prix de 37, 50 €. 43 rue Saint-Augustin, Paris 2e. 01 49 24 03 11.**

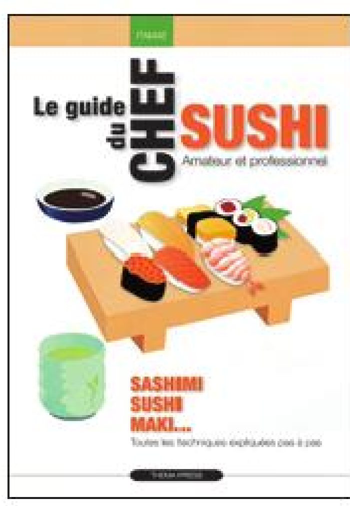
## 8 **Un beau livre** sur le pain

On vous parle toujours, dans Wasabi, de ce qui, dans nos assiettes, vient du Japon. Ce livre, pour une fois, est un voyage dans l'autre sens. Il accompagne au Japon l'un des symboles de notre culture : le pain. Celui de Dominique Saibron est si extraordinaire qu'il a suscité sur l'archipel un incroyable engouement. Une réussite qui donne prétexte à ce maître boulanger de nous raconter, entre autres, l'histoire de son fameux pain au levain de miel et d'épices qui a conquis le coeur des Nippons. A offrir, en priorité, à vos amis japonais...

**En vente à partir du 2 décembre. 25 €.**
**Voyage du pain de Paris à Tokyo, Ed. Agnès Viennot.**



Cours de maki.




## **Bons cadeaux** pour 1 à 6 cours de cuisine japonaise

Cela fait maintenant deux ans que Wasabi et Chef-sushi.com organisent des cours de sushi à Paris dispensés par des chefs professionnels japonais.

Les bons cadeaux pour ces cours sont très appréciés par ceux qui les reçoivent mais aussi par ceux qui les offrent car ils seront probablement les premiers invités à venir tester…




Les bons peuvent être expédiés au choix par la poste ou par mail et sont valables pour apprendre :

- les bases du sushi (riz et découpe du poisson)
- les sushi nigiri
- les maki et California rolls
- la cuisine japonaise traditionnelle (3 cours différents)

Il sont également valables pour les cours dispensés à Nice, au Yuzu Sushi Bar.

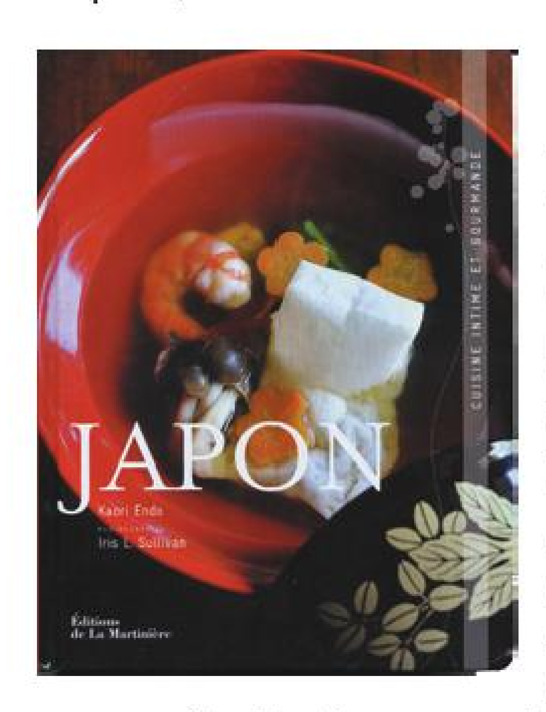
Il existe des bons pour 1, 2, 3 ou 6 cours auxquels on peut ajouter des cadeaux complémentaires tels que couteau japonais à sashimi, hangiri (récipient en bois pour mélanger le riz) ou encore kit à faire les sushi. Un guide pratique du chef sushi est offert pour l'achat d'un bon de 3 cours. ■

**A commander sur le site www.wasabi.fr. A partir de 55 €.**




**LIVRES**

## Japon, cuisine **intime et gourmande**

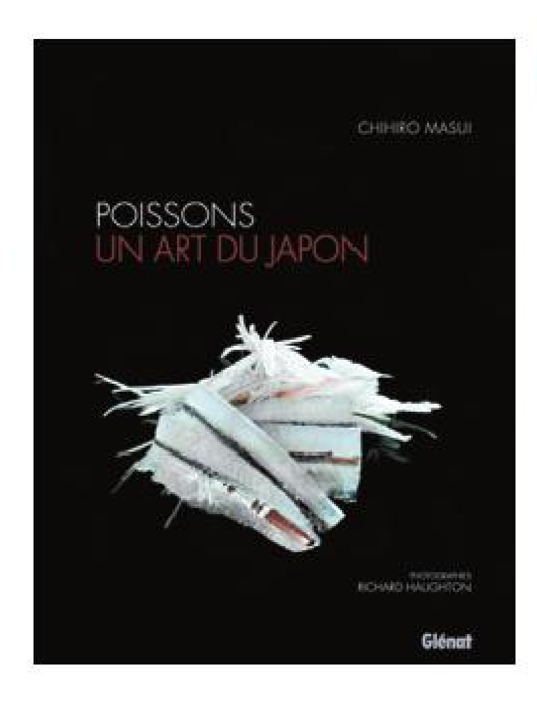



L'auteur, Kaori Endo, nous avait déjà étonnés, l'année dernière, avec un ouvrage très original, *Une Japonaise à Paris*, dans lequel elle expliquait comment cuisiner japonais avec les moyens du bord lorsque, comme elle, on vit hors du Japon.

Cette fois, la jolie Kaori est retournée dans son pays pour demander à sa mère de lui apprendre à réaliser les plats de son enfance. Des plats de saison au goût authentique comme les pousses de bambou braisées (printemps), le tataki de bonite (été), le riz gluant aux chataignes (automne) ou la fondue au canard (hiver). Suivies pas à pas par la photographe Iris L. Sullivan, les deux femmes nous font découvrir une cuisine japonaise rarement exportée dont les femmes au foyer de l'archipel sont les seules à connaître tous les secrets. Kiyoko, la maman, explique ainsi à Kaori comment elle fait pour éviter que le riz brunisse ou comment elle garde le dashi dans son congélateur dans un bac à glaçons afin de n'utiliser que la quantité nécessaire… Ce livre doré sur tranche (au sens propre !) et admirablement mis en page, est un joli cadeau à faire à votre conjoint qui pourra, ainsi, vous régaler toute l'année… ■

**Ed. de la Martinière. 190 p. 29, 50 €.**

## Poissons **un art** du Japon

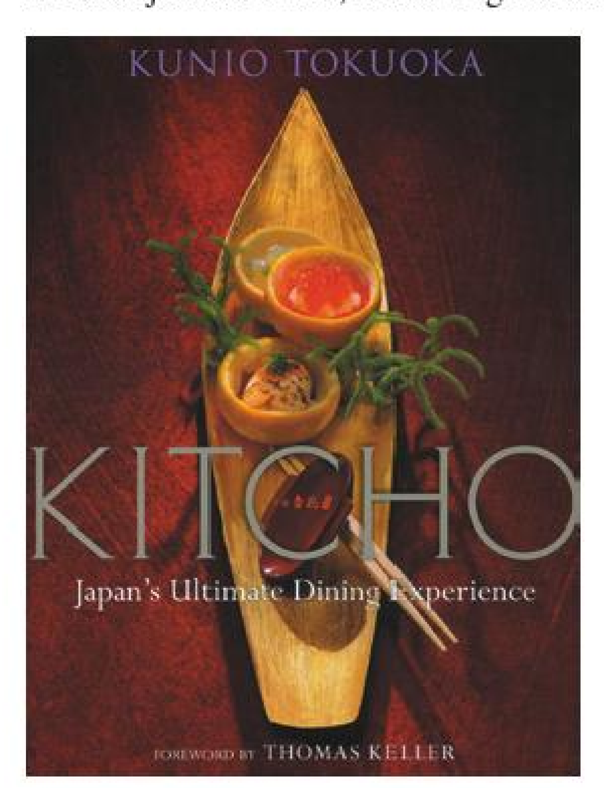



Ce magnifique ouvrage paru fin 2009 reste à ce jour le livre le plus complet et le mieux documenté sur l'art du sushi tel qu'il est pratiqué par les plus grands maîtres japonais. L'auteur, Chihiro Masui, a notamment passé plusieurs semaines auprès de Hachiro Mizutani à Tokyo, l'un des rares sushiya à avoir obtenu 3 étoiles au Michelin. Illustré par de sublimes images signées Richard Haughton, ce véritable dictionnaire du sushi se double d'un précieux guide pratique expliquant comment se découpe chaque poisson.
Un classique que tout professionnel ou amateur sérieux se doit de posséder dans sa bibliothèque. ■

**Editions Glénat. 39 €.**

## **Kitcho,** Japan's ultimate dining experience

Ce célèbre restaurant kaiseki de Kyoto n'a pas attendu d'avoir 3 étoiles au Michelin pour mériter, au Japon même, la place la toute première place en termes de raffinement et de créativité. Le chef actuel, Kunio Tokuoka, est le petit-fils du fondateur, Teiichi Yuki dont il a voulu garder l'esprit tout en modernisant la forme. Le résultat : une cuisine qui s'inspire de la nature, d'abord, mais aussi de la peinture tant pour le dessin des plats que pour le choix des ingrédients.
Sorti en juillet dernier, cet ouvrage montre comment les plats servis dans ce temple de la haute cuisine japonaise varient selon la saison, s'accordant merveilleusement avec les couleurs du jardin qui entoure le restaurant. Illustré de photos sidérantes de pureté, Kitcho est à ranger, non dans le rayon des livres de cuisine, mais dans celui des livres d'art. ■




**Editions Kodansha.**
**En vente chez Junkudo à Paris. 40, 50 €**
**(en anglais uniquement).**

# Gingembre : la racine qui monte

*L'indispensable condiment pour accompagner les sushi.*

**CONSOMMÉ EN ASIE DEPUIS LA NUIT DES TEMPS, LE GINGEMBRE A CONNU, EN EUROPE, DES HAUTS ET DES BAS. GRÂCE, EN PARTIE, À LA MODE DES SUSHI, IL REVIENT SUR LE DEVANT DE LA SCÈNE.**



Par Tinka **KEMPTNER**

Au « Fancy Food Show » de cette année, le gingembre a été identifié comme une valeur montante. Ce salon professionnel new-yorkais, qui donne le la dans l'industrie alimentaire haut de gamme, a même inclus l'épice dans ses « New Food Trends 2010 ». Idem au Salon international de l'Agroalimentaire (SIAL), où elle a été élue parmi les « goûts nouveaux » de cette année. Beurre d'érable au gingembre, confiture olive-gingembre, crème de gingembre bio… Les innovations présentées à cette occasion ne manquaient pas.

Nouveau, le gingembre ? Pas vraiment ! Cela fait tout de même plus de 3000 ans que l'humanité s'en régale ! Ce qui est nouveau, en revanche, c'est la mondialisation accélérée de cette épice née en Asie du Sud-Est. Longtemps cantonnée à la cuisine world, elle a fait son entrée dans (presque) tous les frigos occidentaux. « Dans les années à venir, on verra de plus en plus de produits au gingembre arriver sur le marché et ce n'est qu'un début !, prédit Thierry Finet, le chef étoilé du restaurant Le Piet à Terre à Châteaumeillant et grand inconditionnel du condiment. Parsemez de mini cubes de gingembre un filet de rascasse ou un dos de cabillot et faites-le cuire à la vapeur. Pas besoin de sel ni de poivre : avec son acidité, ses notes épicées et sa grande longueur en bouche, le gingembre se suffit à lui-même ! »

Mais de quoi parle-t-on au juste ? D'une plante aux fleurs magnifiques de la famille des zingibéracées, dont la tige souterraine, nommée rhizome par les botanistes (et surtout

*Pousse de gingembre dans un plat de cuisine kaiseki.*

## Où, quand, comment ?

Le gingembre contient de multiples molécules qui lui procurent des tonalités florales, d'agrumes, boisées et camphrées. Particularité qu'il partage avec… le gewürztraminer et le litchi ! Imaginez ce dessert : soupe de litchis crus au gingembre, arrosé d'un verre de gewürztraminer vendange tardive. Le nirvana gustatif ! Mais d'autres associations gourmandes existent. Nous avons demandé à trois spécialistes de nous mettre au parfum.

**JULIEN FOUIN,**

**ancien rédacteur en chef du magazine culinaire Régal et copropriétaire du restaurant Glou (1)**

« En jus, mélangé avec de la poire ou de la pêche, j'adore. Confit, dans un sirop avec du sucre, c'est top. Je l'associe aussi à du basilic thaï et à de la citronnelle, pour mijoter un bouillon dans lequel je fais à peine chauffer un filet de veau coupé en petits cubes, rosé et cru à cœur, ou des coquilles Saint-Jacques quasi crues. Mixé avec le cœur du fruit de la passion et un demi avocat, je le sers avec du saumon à peine saisi ou cuit dans du sel ou du citron, façon tataki. Je m'en sers aussi pour piquer un gigot ou un filet mignon que je fais revenir avec une croûte sésame. »

**WILLIAM LEDEUIL,**

**chef du restaurant Ze Kitchen Galerie (2) , élu cuisinier de l'année par le GaultMillault 2010.**

« Le gingembre est devenu, dans ma cuisine, un élément d'assaisonnement qui remplace le sel. Avec son côté acide, pimenté, il donne du punch à mes plats. Je l'utilise beaucoup dans des farces de poisson et de viande ; j'adore aussi l'associer à la rhubarbe, la pêche ou la poire. Enfin, j'aime créer un assaisonnement en faisant infuser des lamelles de gingembre dans du mirin et du vinaigre de riz, que je porte à ébullition, pour laisser reposer le tout 45 minutes hors du feu. »

**THIERRY FINET,**

**ancien chef du Piet à Terre à Châteaumeillant, une étoile Michelin.**

« J'utilise le gingembre surtout sous forme de sirop. Celui de la marque Monin, aux arômes naturels, est parfait pour les desserts. J'en mets dans mes cheese cakes, blancs-mangers, crumbles… Je m'en sers aussi pour faire une vinaigrette sans huile : vinaigre de riz, sirop de gingembre, baies roses et une pincée de poivre. Délicieux avec des crustacés ! »

[1] **101, rue Vieille-du-Temple, Paris 3e. 01 42 74 44 32**
[2] **4 rue des Grands Augustins Paris 6e. 01 44 32 00 32**

pas racine !), est comestible, tout comme ses bourgeons et ses pousses. Cultivée dans des zones tropicales, Inde, Chine et Indonésie en tête, elle doit son nom au latin zingiber, lui-même emprunté au grec zingiberis, à son tour issu de l'arabe zangabil, dérivé du sanskrit srngavera qui signifie « en forme de corne ».
Autant dire que le gingembre a parcouru un sacré bout de chemin depuis trois millénaires ! Pensez : les Egyptiens s'en servaient déjà, entre autres, pour la momification. Les Romains, eux, s'en sont délecté dès le 1er siècle dans diverses préparations. Au Moyen Âge, sa réputation éclipsait presque le poivre. Ses vertus aphrodisiaques n'y auraient pas été pour rien (dues, on le sait aujourd'hui, au gingérol, une molécule proche de la capsaïcine, le composant piquant du piment). Produit de luxe, on s'en servait même de monnaie d'échange, à l'instar du sel. Mais à partir du XVIIIe siècle, l'Occident l'oublie petit à petit au profit d'autres aromates à l'exception notable des Anglais, qui ne conçoivent pas la vie sans ginger bread ni ginger ale.
En Asie, c'est une autre histoire. Là-bas, l'enthousiasme n'a jamais faibli. En Inde, pas de curry aux lentilles sans gingembre frais ; en Chine, on l'utilise dans de nombreux plats de viande et de poisson ; au Vietnam, ses feuilles se retrouvent, finement émincées, dans la soupe aux crevettes ; en Corée, c'est un des ingrédients incontournables du kimchi national. …
Et au Japon ? Le gingembre (shoga) y est l'un des ingrédients les plus anciens et les plus répandus ! Seul le rhizome frais s'y utilise, souvent finement râpé ou sous forme de jus. Délicieux sur du tofu ou des nouilles de soba

## Bien le choisir, bien l'utiliser

■ Pour faire vous-même votre gari pour les sushi, seul le gingembre jeune, plus parfumé et moins fibreux convient. On le trouve d'avril à décembre dans les bonnes épiceries asiatiques. Il ressemble à un bulbe blanc avec des tiges roses et coûte environ 8 euros le kilo. Il suffit de le couper en fines lamelles et de le laisser mariner dans le vinaigre.

■ Le meilleur moyen de l'éplucher ? En le grattant avec la tranche d'une cuillère ! Pour préserver son croquant, son goût et son parfum, rajoutez-le plutôt en fin de cuisson.

■ Afin d'éviter que des fibres ne se baladent dans votre plat, râpez le gingembre avec un zesteur ou une râpe microplane ou écrasez-le carrément dans un presse-ail pour ne récupérer que le jus. Idéal pour réveiller tisanes, soupes ou légumes saisis au wok !

■ Pensez-y aussi pour parfumer votre huile : émincez-le en tout petits cubes et laissez-le infuser dans de l'huile chaude 30 secondes avant de le retirer.

■ Conservez-le au congélateur (pré-râpé, c'est encore mieux) si vous ne vous en servez pas tous les jours. Au frigo, il perd vite sa fraîcheur et sa pugnacité !

■ Pas de gingembre frais sous la main? Remplacez-le par du gingembre en poudre (sachant que le goût ne sera jamais tout à fait le même…).

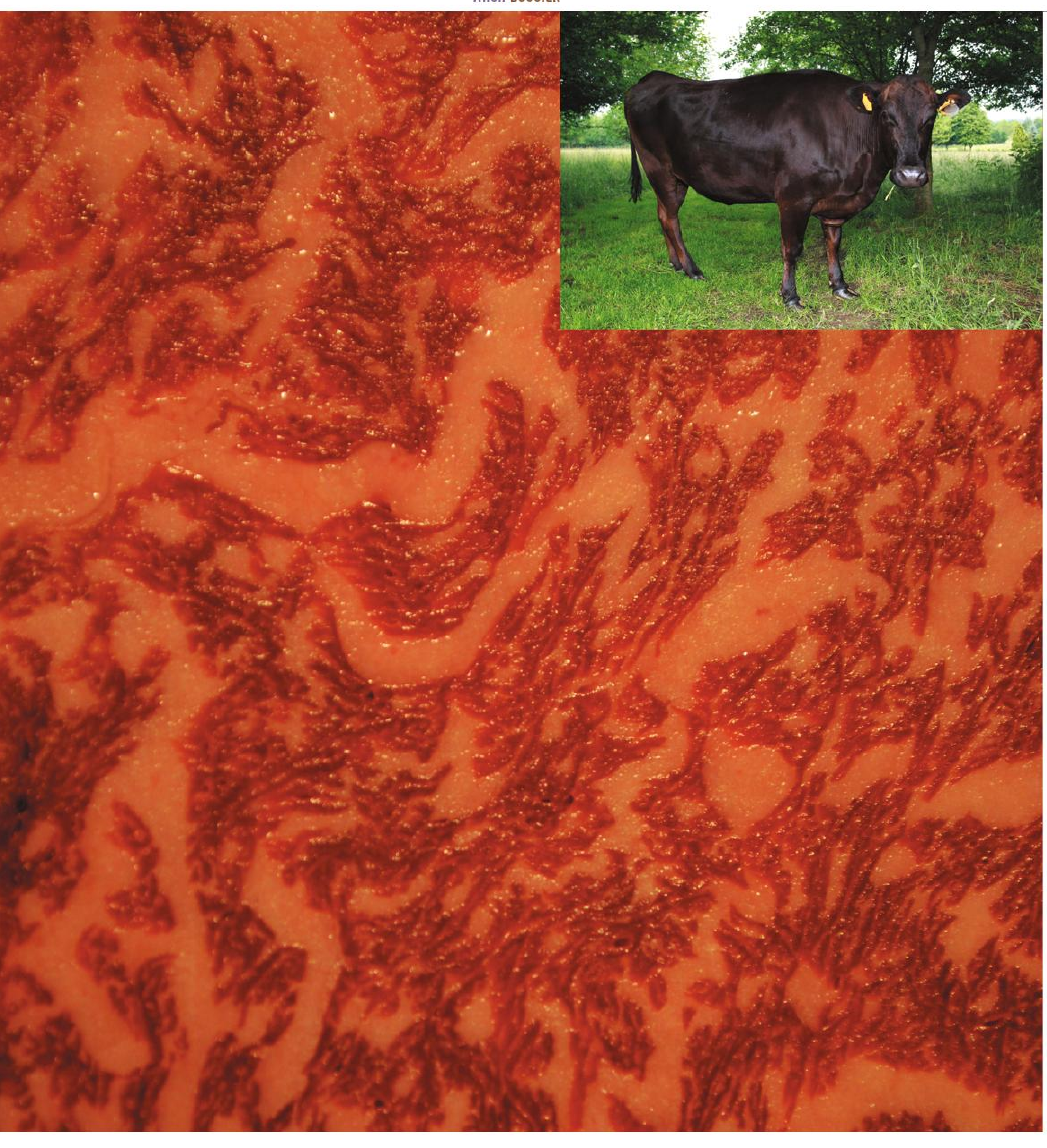


*Le myoga apporte une touche acidulée à un poisson grillé.*

(sarrasin) froides. En été, les fins-becs nippons se ruent aussi sur le ha-shoga (pousses de gingembre – le chef Nobu en a fait une délicieuse sauce) et le mé-shoga (bourgeons). Sans oublier le myoga, une variété locale appréciée pour ses tiges et ses bourgeons.

Quant au gingembre qu'on consomme avec les sushi (jamais avec les sashimi), il se présente sous la forme de fins copeaux blanchis puis marinés dans un mélange de vinaigre de riz, d'eau et de sucre (et, souvent, du E124, un colorant alimentaire qui lui confère sa jolie teinte rose…) et porte le nom de gari. Avalé entre chaque bouchée de sushi ou de maki, il rafraîchit le palais et permet de se débarrasser du goût du poisson précédent pour apprécier celui qui suit. A ne pas confondre avec le beni shoga, ces fines lamelles de gingembre rouge marinées dans de l'umezu, ou vinaigre de prune. Sur l'archipel, on en parsème sur de nombreux plats, du gyudon à l'okonomiyaki, en passant par le yakisoba.

Les Japonais devraient-ils leur longévité à leur consommation intensive de gingembre ? Une chose est sûre : ses atouts santé sont légion. Il combat les nausées dues à la grossesse, il réduit les migraines, les maux de dents, les bronchites chroniques… Il aiderait même à combattre certains cancers ! Ce super-pouvoir lui viendrait, encore une fois, du gingérol, cette minuscule molécule déjà appréciée par l'homme du Moyen-âge… ■



# Wagyu

## Du bœuf de Kobé made in France

**Connu mondialement sous le nom de bœuf de Kobé, le wagyu ou bœuf japonais est devenu si rare au Japon même qu'il est interdit d'exportation et donc quasiment introuvable en Europe. Un éleveur belge particulièrement entêté, a pourtant réussi à contourner la difficulté en important, au début des années 2000, des embryons congelés qu'il a transplantés sur de bonnes charolaises. Résultat : il est aujourd'hui l'un des rares producteurs à pouvoir commercialiser une viande 100% wagyu en dehors de l'archipel ! Il a raconté à Wasabi son incroyable aventure.**

*Le marbrage exceptionnel du wagyu 100% élevé en France.*

*Par Patrick* ***Duval***

Nous sommes en 2003. La scène se passe à Londres au restaurant le Gavroche, dont le patron a réussi à se procurer quelques kilos de viande wagyu (de *wa*, Japon et *gyu*, bœuf) plus connue sous le nom de bœuf de Kobé. Quelques hommes d'affaires sont attablés là et parmi eux, Johan Hemelaere, qui dirige le plus gros cabinet de gestion de patrimoine de Belgique. Fin gourmet et amateur de viande, le financier se souvient, aujourd'hui encore, de cette expérience comme d'une révélation. « Je n'avais tout simplement jamais rien mangé d'aussi bon » résume-t-il encore tout ému.



*Stephan Heyse aux champs avec ses wagyu.*

Rentré chez lui, il se documente sur le wagyu et se rend compte que les restaurants qui en proposent en Europe se comptent sur les doigts d'une main malgré le renom mondial du bœuf de Kobé. En quelques clics sur Google, Johan Hemelaere comprend pourquoi cette viande est si rare en dehors du Japon : de toute son histoire, l'archipel n'a exporté ses précieux bovins que 2 fois. Une fois aux Etats-Unis, à la fin des années 70, à la demande de l'univer-



*Noir et blanc : un veau wagyu élevé par une maman charolaise.*

sité de Washington qui souhaitait étudier leurs gènes et une autre fois, en 1997-1998, en Australie, à l'initiative d'un éleveur japonais qui voulait s'expatrier. Propriétaire de plusieurs centaines de bêtes, il avait dû batailler plus de dix ans avec les autorités japonaises pour exporter son propre cheptel n'obtenant, finalement, l'autorisation de sortie que pour 84 femelles ! Car au Japon, la race wagyu est considérée comme patrimoine national et interdite d'exportation tant sur pattes que sous forme d'embryons.

Johan Hemelaere a donc creusé le filon américain et a appris que les animaux exportés, une fois étudiés par les chercheurs, avaient été mis à la reproduction mais croisés, la plupart du temps, avec des vaches locales. Rien à voir, donc, avec la viande 100% wagyu qu'avait goûtée M. Hemelaere à Londres…

### Mères porteuses

« Ce qui distingue la race wagyu, explique M. Hemelaere, c'est que leur viande est constituée d'un acide non saturé. Toutes les autres races bovines contiennent des acides multiples et surtout saturés ce qui donne une graisse de moins bonne qualité. C'est aussi pour cela que, bien que très grasse, la viande wagyu n'apporte que du bon cholestérol. »

Poussant un peu plus loin ses recherches, l'homme d'affaires apprend que 3 taureaux purs wagyu, nés au Japon, sont encore en activité aux Etats-Unis mais que, malheureusement, aucune femelle « fullblood » (100% wagyu) ne subsiste. M. Hemelaere se tourne alors vers l'Australie où c'est le contraire : le troupeau wagyu n'est constitué que de femel-

## Du wagyu pour les fêtes

Durant tout le mois de décembre, le restaurant Yuzu Sushi Bar, à Nice, proposera à sa clientèle du wagyu 100% en provenance de l'élevage de M. Hemelaere. Le filet pur et faux filet pourront y être dégustés en tataki ou en sushi, sans doute la meilleure façon d'apprécier cette viande incomparable.

**Yuzu Sushi Bar,** 35 rue du Maréchal Joffre, Nice 06000. T. 04 93 85 79 87. F. dimanche et lundi.

## Fat is **beautiful**

La qualité de la viande wagyu est évaluée à partir d'un système d'appréciation japonais particulièrement sévère. Les mesures sont effectuées entre la sixième et la septième côte. Il y a tout d'abord cinq classes de qualité qui tiennent compte du marbrage, de la couleur et de la texture de la viande, ainsi que de la couleur des graisses. 1= pauvre ; 2= insuffisant ; 3 = moyen ; 4 = bon ; 5 = excellent. L'évaluation de la production de viande peut être divisée en rang A (72 %), B (69 %) ou C (moins de 69 %). Le score BMS (Beef Marbling Score) indique spécifiquement le degré de marbrage. 8-12 = excellent ; 5-7 = bon ; 3-4 = moyen ; 2 = insuffisant ; 1 = pauvre. La couleur et la pureté de la viande sont triées sur une échelle de 1 à 7. La fermeté de la viande de son côté est évaluée de manière visuelle avec un score de 1 à 5.
Johan Hemelaere explique: "Le magnifique marbrage de la viande wagyu engendre une sensation en bouche sans égale. Le consommateur européen n'est pas favorable, à tort, à une telle teneur élevée en graisses intramusculaires. Lorsqu'on considère l'échelle japonaise de teneur en matières grasses de 0 à 12, le consommateur européen s'est déjà retiré au niveau 9. Mais au Japon, une qualification de niveau 12 signifie que vous êtes en présence du produit le plus cher et le plus exclusif. Plus la viande est grasse, plus la sensation est intense, plus mince il faut la présenter et moins on peut en manger parce que la sensation est tellement intense. Outre la teneur en matières grasses, la couleur de la viande constitue également un aspect important. Plus la couleur de la viande wagyu est foncée, meilleure est la qualité."

les. Ne regardant pas à la dépense, il décide aussitôt d'acheter - par internet ! – de la semence « américaine », de la faire transporter en caisson surgelé jusqu'en Australie où il négocie, toujours par internet, le droit d'inséminer quelques femelles. Quelques semaines plus tard, il fait prélever les embryons et les rapatrie en Belgique dans de l'azote liquide à – 196°. Commence alors un véritable chemin de croix pour obtenir le droit d'implanter ces embryons sur des « mères porteuses » charolaises. Refus catégorique des autorités sanitaires françaises. Il se tourne alors vers la Belgique qui lui permet, en 2005, de faire inséminer des vaches Holstein avec les précieux embryons.
Quelques mois plus tard, M. Hemelaere assiste avec émotion à la naissance de la première wagyu belge de l'histoire. D'autres suivront formant, c'est le cas de le dire, un "embryon" de cheptel…
En 2007, le financier transporte ses animaux dans le nord de la France, en Thiérarche, où il possède un domaine et engage un éleveur, Stéphan Heyse, ravi d'abandonner son job de contremaître dans une ferme de l'Oise pour relever le défi que lui lance M. Hemelaere : mettre sur pied, en dix ans,



Le wagyu version Nobu.

un cheptel de 200 têtes de pure race wagyu. Dès 2008, Stéphan supervise les premières implantations d'embryons sur des vaches charolaises ou Aubrac (plus fertiles) à partir, cette fois, de wagyu nées en Belgique ce qui n'a plus rien d'illégal. C'est ainsi que, le 30 août de la même année, naît Dinah, première wagyu française. Depuis, la famille s'est agrandie et compte aujourd'hui quelque 79 membres : 49 femelles et 30 mâles dont 3 taureaux reproducteurs.

## Une race **sauvée in extremis**

Sous le régime de l'empereur Meiji (1867-1912), le cheptel autochtone a été croisé avec des espèces bovines étrangères, telles qu'Aberdeen Angus et Shorthorn. Ces expérimentations génétiques avaient pour objectif d'augmenter la production de viande et de lait. Cela a malheureusement entraîné la perte des caractéristiques spécifiques qui constituent la base de l'excellente qualité de la viande wagyu et de sa saveur. Après la 1ère guerre mondiale, un programme d'élevage a été mis en place pour rétablir les caractéristiques précieuses de la race. Les bases ont ainsi été jetées pour les trois principales lignées sanguines de l'actuel wagyu noir : Fujiyoshi ou Shimane, Kedaka et Tajiri ou Tajima. Les descendants de ces animaux de race pure sont les seuls porteurs de la génétique de la race authentique et sont renommés aux quatre coins du monde pour leur qualité exceptionnelle. Les wagyu françaises sont issues de taureaux et de vaches ayant tous reçu la certification hongen, le niveau le plus élevé, attribuée par Zenwa, bureau japonais d'enregistrement de la race wagyu.

### Des vaches qui rient

C'est avec une certaine fierté que Stéphan Heyse fait visiter les étables du domaine d'une propreté irréprochable et où tout est fait pour assurer le confort des bêtes. Car plus question pour elles d'aller gambader dans les prés où elles risqueraient de perdre du poids. Leur vie, passé 18 mois, se résume donc essentiellement à manger et à dormir sur un épais lit de paille. L'engraissement est lent, à base d'herbe et d'un régime pauvre en protéines, jusqu'à l'âge de 24 mois. Comme le goût final de la viande dépend de l'alimentation des animaux, un régime naturel très sévère est d'importance vitale. Les six derniers mois, les bovins sont soumis à un régime plus riche avec des « amuse-gueules » tels que le malt de sorte que le marbrage peut se développer jusqu'aux fibres les plus profondes de la viande. A l'âge propice de l'abattage, de 33 à 36 mois, les animaux ont atteint un poids de 780 à 830 kg. Après leur arrivée à l'abattoir, les bovins déstressent pendant quelques jours dans un pâturage avant d'être abattus de manière artisanale. La viande est alors découpée et surgelée rapidement après avoir mûri en chambre froide pendant 21 à 24 jours.

Leur donne-t-on de la bière comme cela se fait, paraît-il, au Japon ?

« Il est absolument nécessaire que les bovins puissent se développer dans une ambiance décontractée, mais bière et massages ? Ce sont des inventions, rigole M. Hemelaere même s'il reconnaît qu'autrefois, les éleveurs japonais ont bien administré de la bière pour éveiller l'appétit. Car suite à un manque de pâturages disponibles, les animaux étaient transférés à l'étable pour l'engraissement. Les bovins wagyu s'y ennuyaient et perdaient ainsi leur appétit, ce qui n'est guère étonnant. D'ailleurs, les fermiers occidentaux nourrissent les bovins de malt pour éveiller leur appétit. »

Et pour montrer que ses vaches à lui ne se font pas prier pour manger, Stéphan Heyse jette devant nous quelques granulés protéinés dans les mangeoires qui disparaissent en quelques secondes, happés par de grosses langues noires et gourmandes. Des langues qui valent, à elles seules, plus de 50 euros le kilo !

## Adresses

Les particuliers peuvent commander du wagyu sur le site wagyufrance.eu. La viande est expédiée surgelée en express.

# Wagyu

## Du bœuf de Kobé made in France

**Connu mondialement sous le nom de bœuf de Kobé, le wagyu ou bœuf japonais est devenu si rare au Japon même qu'il est interdit d'exportation et donc quasiment introuvable en Europe. Un éleveur belge particulièrement entêté, a pourtant réussi à contourner la difficulté en important, au début des années 2000, des embryons congelés qu'il a transplantés sur de bonnes charolaises. Résultat : il est aujourd'hui l'un des rares producteurs à pouvoir commercialiser une viande 100% wagyu en dehors de l'archipel ! Il a raconté à Wasabi son incroyable aventure.**

Par Patrick **Duval**

Nous sommes en 2003. La scène se passe à Londres au restaurant le Gavroche, dont le patron a réussi à se procurer quelques kilos de viande wagyu (de *wa*, Japon et *gyu*, bœuf) plus connue sous le nom de bœuf de Kobé. Quelques hommes d'affaires sont attablés là et parmi eux, Johan Hemelaere, qui dirige le plus gros cabinet de gestion de patrimoine de Belgique. Fin gourmet et amateur de viande, le financier se souvient, aujourd'hui encore, de cette expérience comme d'une révélation. « Je n'avais tout simplement jamais rien mangé d'aussi bon » résume-t-il encore tout ému.

Rentré chez lui, il se documente sur le wagyu et se rend compte que les restaurants qui en proposent en Europe se comptent sur les doigts d'une main malgré le renom mondial du bœuf de Kobé. En quelques clics sur Google, Johan Hemelaere comprend pourquoi cette viande est si rare en dehors du Japon : de toute son histoire, l'archipel n'a exporté ses précieux bovins que 2 fois. Une fois aux Etats-Unis, à la fin des années 70, à la demande de l'univer-



*Stephan Heyse aux champs avec ses wagyu.*

*Le marbrage exceptionnel du wagyu 100% élevé en France.*



*Noir et blanc : un veau wagyu élevé par une maman charolaise.*

sité de Washington qui souhaitait étudier leurs gènes et une autre fois, en 1997-1998, en Australie, à l'initiative d'un éleveur japonais qui voulait s'expatrier. Propriétaire de plusieurs centaines de bêtes, il avait dû batailler plus de dix ans avec les autorités japonaises pour exporter son propre cheptel n'obtenant, finalement, l'autorisation de sortie que pour 84 femelles ! Car au Japon, la race wagyu est considérée comme patrimoine national et interdite d'exportation tant sur pattes que sous forme d'embryons.
Johan Hemelaere a donc creusé le filon américain et a appris que les animaux exportés, une fois étudiés par les chercheurs, avaient été mis à la reproduction mais croisés, la plupart du temps, avec des vaches locales. Rien à voir, donc, avec la viande 100% wagyu qu'avait goûtée M. Hemelaere à Londres…

#### Mères porteuses

« Ce qui distingue la race wagyu, explique M. Hemelaere, c'est que leur viande est constituée d'un acide non saturé. Toutes les autres races bovines contiennent des acides multiples et surtout saturés ce qui donne une graisse de moins bonne qualité. C'est aussi pour cela que, bien que très grasse, la viande wagyu n'apporte que du bon cholestérol. »
Poussant un peu plus loin ses recherches, l'homme d'affaires apprend que 3 taureaux purs wagyu, nés au Japon, sont encore en activité aux Etats-Unis mais que, malheureusement, aucune femelle « fullblood » (100% wagyu) ne subsiste. M. Hemelaere se tourne alors vers l'Australie où c'est le contraire : le troupeau wagyu n'est constitué que de femel-

### Du wagyu pour les fêtes

Durant tout le mois de décembre, le restaurant Yuzu Sushi Bar, à Nice, proposera à sa clientèle du wagyu 100% en provenance de l'élevage de M. Hemelaere. Le filet pur et faux filet pourront y être dégustés en tataki ou en sushi, sans doute la meilleure façon d'apprécier cette viande incomparable.

**Yuzu Sushi Bar,** 35 rue du Maréchal Joffre, Nice 06000. T. 04 93 85 79 87. F. dimanche et lundi.

## Fat is **beautiful**

La qualité de la viande wagyu est évaluée à partir d'un système d'appréciation japonais particulièrement sévère. Les mesures sont effectuées entre la sixième et la septième côte. Il y a tout d'abord cinq classes de qualité qui tiennent compte du marbrage, de la couleur et de la texture de la viande, ainsi que de la couleur des graisses. 1= pauvre ; 2= insuffisant ; 3 = moyen ; 4 = bon ; 5 = excellent. L'évaluation de la production de viande peut être divisée en rang A (72 %), B (69 %) ou C (moins de 69 %). Le score BMS (Beef Marbling Score) indique spécifiquement le degré de marbrage. 8-12 = excellent ; 5-7 = bon ; 3-4 = moyen ; 2 = insuffisant ; 1 = pauvre. La couleur et la pureté de la viande sont triées sur une échelle de 1 à 7. La fermeté de la viande de son côté est évaluée de manière visuelle avec un score de 1 à 5.
Johan Hemelaere explique: "Le magnifique marbrage de la viande wagyu engendre une sensation en bouche sans égale. Le consommateur européen n'est pas favorable, à tort, à une telle teneur élevée en graisses intramusculaires. Lorsqu'on considère l'échelle japonaise de teneur en matières grasses de 0 à 12, le consommateur européen s'est déjà retiré au niveau 9. Mais au Japon, une qualification de niveau 12 signifie que vous êtes en présence du produit le plus cher et le plus exclusif. Plus la viande est grasse, plus la sensation est intense, plus mince il faut la présenter et moins on peut en manger parce que la sensation est tellement intense. Outre la teneur en matières grasses, la couleur de la viande constitue également un aspect important. Plus la couleur de la viande wagyu est foncée, meilleure est la qualité."

les. Ne regardant pas à la dépense, il décide aussitôt d'acheter - par internet ! – de la semence « américaine », de la faire transporter en caisson surgelé jusqu'en Australie où il négocie, toujours par internet, le droit d'inséminer quelques femelles. Quelques semaines plus tard, il fait prélever les embryons et les rapatrie en Belgique dans de l'azote liquide à – 196°. Commence alors un véritable chemin de croix pour obtenir le droit d'implanter ces embryons sur des « mères porteuses » charolaises. Refus catégorique des autorités sanitaires françaises. Il se tourne alors vers la Belgique qui lui permet, en 2005, de faire inséminer des vaches Holstein avec les précieux embryons.
Quelques mois plus tard, M. Hemelaere assiste avec émotion à la naissance de la première wagyu belge de l'histoire. D'autres suivront formant, c'est le cas de le dire, un "embryon" de cheptel…
En 2007, le financier transporte ses animaux dans le nord de la France, en Thiérarche, où il possède un domaine et engage un éleveur, Stéphan Heyse, ravi d'abandonner son job de contremaître dans une ferme de l'Oise pour relever le défi que lui lance M. Hemelaere : mettre sur pied, en dix ans,



*Le wagyu version Nobu.*

un cheptel de 200 têtes de pure race wagyu. Dès 2008, Stéphan supervise les premières implantations d'embryons sur des vaches charolaises ou Aubrac (plus fertiles) à partir, cette fois, de wagyu nées en Belgique ce qui n'a plus rien d'illégal. C'est ainsi que, le 30 août de la même année, naît Dinah, première wagyu française. Depuis, la famille s'est agrandie et compte aujourd'hui quelque 79 membres : 49 femelles et 30 mâles dont 3 taureaux reproducteurs.

## Une race **sauvée in extremis**

Sous le régime de l'empereur Meiji (1867-1912), le cheptel autochtone a été croisé avec des espèces bovines étrangères, telles qu'Aberdeen Angus et Shorthorn. Ces expérimentations génétiques avaient pour objectif d'augmenter la production de viande et de lait. Cela a malheureusement entraîné la perte des caractéristiques spécifiques qui constituent la base de l'excellente qualité de la viande wagyu et de sa saveur. Après la 1ère guerre mondiale, un programme d'élevage a été mis en place pour rétablir les caractéristiques précieuses de la race. Les bases ont ainsi été jetées pour les trois principales lignées sanguines de l'actuel wagyu noir : Fujiyoshi ou Shimane, Kedaka et Tajiri ou Tajima. Les descendants de ces animaux de race pure sont les seuls porteurs de la génétique de la race authentique et sont renommés aux quatre coins du monde pour leur qualité exceptionnelle. Les wagyu françaises sont issues de taureaux et de vaches ayant tous reçu la certification hongen, le niveau le plus élevé, attribuée par Zenwa, bureau japonais d'enregistrement de la race wagyu.

### Des vaches qui rient

C'est avec une certaine fierté que Stéphan Heyse fait visiter les étables du domaine d'une propreté irréprochable et où tout est fait pour assurer le confort des bêtes. Car plus question pour elles d'aller gambader dans les prés où elles risqueraient de perdre du poids. Leur vie, passé 18 mois, se résume donc essentiellement à manger et à dormir sur un épais lit de paille. L'engraissement est lent, à base d'herbe et d'un régime pauvre en protéines, jusqu'à l'âge de 24 mois. Comme le goût final de la viande dépend de l'alimentation des animaux, un régime naturel très sévère est d'importance vitale. Les six derniers mois, les bovins sont soumis à un régime plus riche avec des « amuse-gueules » tels que le malt de sorte que le marbrage peut se développer jusqu'aux fibres les plus profondes de la viande. A l'âge propice de l'abattage, de 33 à 36 mois, les animaux ont atteint un poids de 780 à 830 kg. Après leur arrivée à l'abattoir, les bovins déstressent pendant quelques jours dans un pâturage avant d'être abattus de manière artisanale. La viande est alors découpée et surgelée rapidement après avoir mûri en chambre froide pendant 21 à 24 jours.
Leur donne-t-on de la bière comme cela se fait, paraît-il, au Japon ?
« Il est absolument nécessaire que les bovins puissent se développer dans une ambiance décontractée, mais bière et massages ? Ce sont des inventions, rigole M. Hemelaere même s'il reconnaît qu'autrefois, les éleveurs japonais ont bien administré de la bière pour éveiller l'appétit. Car suite à un manque de pâturages disponibles, les animaux étaient transférés à l'étable pour l'engraissement. Les bovins wagyu s'y ennuyaient et perdaient ainsi leur appétit, ce qui n'est guère étonnant. D'ailleurs, les fermiers occidentaux nourrissent les bovins de malt pour éveiller leur appétit. »
Et pour montrer que ses vaches à lui ne se font pas prier pour manger, Stéphan Heyse jette devant nous quelques granulés protéinés dans les mangeoires qui disparaissent en quelques secondes, happés par de grosses langues noires et gourmandes. Des langues qui valent, à elles seules, plus de 50 euros le kilo !

## Adresses

Les particuliers peuvent commander du wagyu sur le site wagyufrance.eu. La viande est expédiée surgelée en express.







KIYOSHI AIBA, CHEF AU RESTAURANT ZEN, PRÉSENTE :

# L'ishikari nabe

## au saumon argenté sauvage de l'Alaska



**ORIGINE :** CE PLAT D'HIVER EST TRÈS POPULAIRE CHEZ LES PÊCHEURS DE L'ÎLE HOKKAIDO, AU NORD DU JAPON ET TIRE SON NOM DE LA RIVIÈRE ISHIKARI.

**PARTICULARITÉ :** LA PÊCHE AU SAUMON SAUVAGE ÉTANT AUTORISÉE EN ALASKA DE JUIN À SEPTEMBRE, IL EST CONSEILLÉ, SI L'ON VEUT RÉALISER CETTE RECETTE EN HIVER, D'UTILISER DU SAUMON SURGELÉ. ON TROUVE LE SAUMON ARGENTÉ D'ALASKA DANS LES MAGASINS SPÉCIALISÉS ET SUPERMARCHÉS.

Pour 4 personnes :

**Ingrédients :**

4 pommes de terre
2 carottes
2 oignons
150 grammes de chou-fleur
150 grammes de brocolis
1/4 de chou chinois
600 grammes de saumon argenté d'Alaska
1 verre de saké
100 grammes de miso blanc
100 grammes de beurre
10 cm de kombu

**Préparation :**

Ebouillanter les légumes (sauf le chou chinois et les oignons) pendant environ 5 minutes.
Dans une autre casserole, mettre un litre et demi d'eau froide et y laisser tremper le kombu pendant 30 minutes. Placer tous les ingrédients (sauf le chou chinois) dans la casserole et cuire à feu doux pendant 15 minutes.
Diluer le miso avec le saké et l'intégrer dans la casserole en utilisant une passoire pour filtrer. Ajouter le chou et laissez cuire encore 5 minutes à feu très doux (il est important de ne jamais faire bouillir le miso). Ajouter le beurre juste avant de servir.
Les Japonais aiment se servir du reste du bouillon pour faire le zosui : on y intègre du riz déjà cuit mais qu'on passe brièvement à l'eau froide ainsi que des œufs battus. On couvre pendant 5 minutes sans remettre à cuire de façon à ce que les œufs restent un peu liquides.







# Sendaï
## donne sa langue au bœuf

**Dans la capitale du Tôhoku, impossible d'éviter le bœuf : on fait griller sa langue, mijoter sa queue, et la chair du sendagyû (bœuf local) est l'une des plus réputées du pays. Reportage à Sendaï, la cité du gyûtan et du sukiyaki.**

*Textes et photos*
*Guillaume* ***Loiret***

**1948** Comme toutes les grandes villes japonaises, Sendai (300 km au nord de Tokyo) est à genoux. Les raids américains ont été terribles, détruisant même le château du grand samouraï Date Masamune. Partie en fumée, la ville a perdu son surnom de « cité des arbres » (*Mori no Miyako*) et est sous l'autorité des forces d'occupation. D'importantes quantités de bœuf sont alors importées pour nourrir les soldats américains, et un jeune homme, Keishiro Sano, a une idée de génie. Sur le bœuf, remarque-t-il, les Marines consomment tout, sauf la langue et la queue. Dans un pays exsangue, affamé, où les ressources sont rares, pourquoi ne pas les cuisiner ? C'est la naissance d'un restaurant célèbre, et d'un plat qui l'est encore plus : la fameuse langue de bœuf grillée *gyûtan* de Sendai.



*La langue de boeuf grillée de chez Tasuke est connue dans tout l'archipel.*

### La rumeur disait presque vrai…

60 ans plus tard, le petit restaurant de M. Sano n'a pas changé, ou presque. Douze places assises, autant autour du comptoir, et un seul menu à la carte de Tasuke : le *gyûtan* (de *gyû*, le bœuf, et *tan*, la langue). Si les recettes ne manquent pas pour cet abat, qu'on sert parfois avec une sauce piquante (Nord de la France), en tajine (Maroc) ou braisé (Chine, Vietnam), Keishiro Sano a inventé la langue de bœuf version japonaise. Découpée en fines tranches, la chair est grillée au charbon de bois. Le *gyûtan* est ensuite servi accompagné d'un bol de *mugi gohan* (riz et grains d'orge) et d'une soupe où flottent,



*Le restaurant Tasuke aujourd'hui et, en médaillon, la photo du fondateur Keishiro Sano.*

entre des copeaux d'oignon vert, des morceaux de queue de bœuf. La recette n'a pas changé depuis 1948, et le portrait en noir et blanc du fondateur Keishiro Sano, accroché à côté de la porte, est là pour s'en assurer.

Grillée et salée (on l'appelle alors *tanshio* ou « langue salée »), la langue est goûtue, avec une saveur de feu de bois, et parfois difficile à mâcher. Tout le contraire de la queue, mijotée pendant plusieurs heures, tendre comme dans un bœuf bourguignon. Le tout se déguste volontiers avec une bière ou quelques coupes du saké de Sendai, qu'on dit excellent… ou pourquoi pas avec un verre de Bourgogne ? Car la rumeur dit qu'un cuisinier français aurait soufflé l'idée de griller de la langue de bœuf… On pose la question directement au petit-fils de Keishiro Sano, qui est de service en salle : « ce chef français je ne connais pas son nom… Mais oui il a rencontré mon grand-père, et il lui a montré comment préparer non pas la langue mais la queue de bœuf, en la faisant mijoter » explique Kentarô. La rumeur disait presque vrai, un bon vieux bouillon des campagnes françaises a nourri le Sendai de l'après-guerre avant de devenir une fierté culinaire locale.

### Les deux symboles de Sendai

On sort généralement de Tasuke le ventre plein pour être immédiatement plongé dans la folle ambiance de Kokubunchô : hôtesses, brouhaha permanent, enseignes lumineuses et ballet de



taxis. C'est « le plus grand quartier d'amusement du Nord-Est du Japon » vantent les brochures touristiques. En tout cas le plus animé de Sendai, ville moyenne (1 million d'habitants) et un peu morne qui souffre d'un déficit d'image par rapport à des métropoles comme Kôbe ou Fukuoka. Elle a beau être la capitale de la préfecture de Miyagi et du Tôhoku (nord de l'île de Honshu), la grandeur de Sendai est derrière elle, à l'époque ou le grand daimyô (vassal) Date Masamune en fit l'une des cités les plus puissantes du Japon.
La ville reste marquée par l'empreinte de ce samouraï charismatique, dont on retiendra le surnom de « Dragon borgne » (la variole lui fit perdre un œil dans sa jeunesse) et son célèbre casque orné d'un croissant de lune asymétrique. En 1604, le shogun lui octroie un immense fief au nord de Tokyo comprenant le petit port de Sendai. Date Masamune en fera une cité prospère, y bâtissant son château (l'Aoba-jô) et l'éclatant mausolée Zuihô-den, où reposent les membres du clan. Mais l'homme auquel Sendai doit tant était aussi un seigneur cruel, à la réputation exécrable, doublé d'un esthète féru de théâtre et de calligraphie. Un homme également ouvert au contact avec l'étranger. Pour preuve le voyage accompli par Hasekura Rokuemon en 1613 : Date Masamune avait envoyé ce samouraï négocier l'aval du pape pour nouer des relations commerciales avec la Nouvelle Espagne. Le bateau de Rokuemon échoue en 1615 devant des pêcheurs éberlués : les habitants de Saint-Tropez ont la chance de rencontrer le premier Japonais à avoir jamais posé le pied en Occident… grâce au seigneur de Sendai.

### Langue à toutes les sauces

Quatre siècles plus tard, Date Masamune est bien obligé de partager son statut de symbole avec le *gyûtan*, l'autre institution locale. La ville compte plusieurs dizaines d'enseignes de langue grillée, une centaine disent certains, la plupart localisées dans deux quartiers : le Kokubunchô, où tous les *izakaya* (restaurant snack) en servent, et la gare de Sendai, dont le 3e étage abrite un couloir bordé de restaurants baptisé Gyûtan dôri (« la rue de la langue de bœuf »). Et si la plupart servent la recette traditionnelle, certains ont mis la langue à toutes les sauces : on la déguste crue (en sushi ou sashimi), cuite à l'étouffée (en daube), frite en *karaage*, en pot-au-feu *shabu shabu*, voire en steak. Le *gyûtan* vient même aromatiser les galettes de riz senbei, fourrer les brioches vapeur *nikuman*, ou baigner dans le bouillon des nouilles râmen !
Mais malgré sa renommée, le *gyûtan* s'est fait peur, très peur, dans les années 2000, quand la psychose de la vache folle s'empare des assiettes. Car le prion – la protéine responsable de la transmission de la maladie – est particulièrement présent dans la langue et la queue du bœuf. Résultat : le *gyûtan* n'est plus en odeur de sainteté chez les gastronomes nippons, et en 2003 c'est le coup de grâce lorsque le Japon



## Sukiyaki, la fondue du Japon

Ce ragoût nippon, très populaire en hiver, appartient à la famille des *nabemono* (plats mijotés, comme le *shabu shabu*) et est souvent servi lors de réunions en famille ou entre amis, comme la fête du *bônenkai* (la « rencontre pour oublier l'année »), en décembre. Tout le monde pioche légumes (tôfu, champignons, chou, racines) et viande (de bœuf habituellement, mais on utilise du porc à Niigata ou Hokkaïdô) dans le *sukiyaki-nabe* (marmite) disposé au milieu de la table, puis les trempe dans un œuf battu, avant de s'en régaler. Il existe au Japon deux manières de préparer le *sukiyaki* : dans le Kantô (Tokyo) et le Nord du pays, on fait bouillir la viande avec les légumes, alors qu'elle est au préalable grillée dans le *sukiyaki* du Kansaï (Osaka), où l'on n'ajoute la sauce qu'à la fin et non pendant la cuisson. Selon certaines sources, des missionnaires portugais auraient importé la recette au XVIe siècle ; d'autres y voient une version japonaise du *jjigae* coréen, voire de plats mongols. Le *sukiyaki* est en tout cas un plat relativement récent, popularisé à la fin du XIXe siècle, lorsque le Japon a ouvert ses ports au commerce étranger et que la consommation de bœuf a décollé. Son premier restaurant, Isekuma, a ouvert à Yokohama en 1862.

*Une bête de chez Nemoto donnera près de 500 kg de viande.*



instaure un embargo sur les importations de bœuf américain. Une tragédie pour les restaurateurs de Sendai, qui utilisent à 90% de la viande américaine. « Nous avons toujours utilisé du bœuf australien, alors pour nous ça allait, explique Kentarô Sano au restaurant Tasuke. Mais pour bien des collègues cette époque a été terrible ». En 2006, l'embargo sera finalement levé, mais la maladie de la vache folle a terni la réputation du *gyûtan.*



### « Penser comme une vache »

Il y en a un qui a su tirer profit de cette crise : le bœuf made in Japan, sur lequel se sont jetés les amateurs de steak rendus méfiants. Par exemple celui de Sendai, ce bœuf à la robe noire, élevé dans de strictes conditions pour donner une viande tendre et marbrée. Le sendaigyû (bœuf de Sendaï) est l'un des plus réputés de l'archipel, et n'a rien à envier à celui, pourtant plus célèbre, de Kôbe.



*Une pièce de boeuf qui servira à préparer le sukiyaki.*

C'est ce bœuf noir qu'on élève dans la ferme Nemoto, une grosse exploitation située à Taiwa-chô, dans la banlieue de Sendaï. Trois hangars y accueillent 250 têtes, réparties selon leur âge dans des boxes de quatre. Les bœufs ont 10 mois quand ils arrivent ici, et pèsent environ 300 kg. Deux ans plus tard, ce sont des bêtes de presque une tonne, à la silhouette massive et l'encolure forte, qui sont envoyées à l'abattoir. En nous promenant dans les coulisses de son exploitation, M. Nemoto explique fièrement qu'ici on n'élève pas n'importe quels bœufs, mais les meilleurs des meilleurs, notés A5 ou B5 par la pointilleuse Agence Japonaise de Notation Bovine (Japan Meat Grading Association). Ce système de classification prend en compte à la fois la qualité de la viande (de C à A) et la quantité qu'on pourra en tirer d'une bête (de 1 à 5). Après l'abattage, un spécialiste qui attribue le label sendaigyû (correspondant à une note A5) vient examiner la chair, apprécie sa couleur et sa fraîcheur, et surtout estime son pourcentage en graisse, comme le ferait un négociant sur un marché aux thons rouges. Car pour obtenir la note A5 – la Ferrari de la viande de bœuf – il faut une chair persillée, parcourue de beaux filaments de graisse (*abura* en Japonais) qui donnent un marbré intramusculaire caractéristique de la meilleure qualité. Chez Nemoto, 70% des bêtes donneront une viande labellisée sendaigyû (contre 20% au niveau national). Le reste, classé A3 ou B3, sera appelé sendai kuroge wagyû (bœuf noir de Sendai). Mais comment obtenir une telle qualité ? Quel est le secret de la ferme Nemoto ? Les bœufs sont-ils nourris à la bière, massés au saké, de la musique classique diffusée dans les étables, comme on le dit souvent du bœuf de Kôbe ? M. Nemoto balaye, rigolard, ces mythes qui entourent l'élevage bovin au Japon : « mon secret c'est que j'essaye de penser comme une vache, de me mettre à sa place pour savoir comment il faut la traiter au mieux. Le reste, c'est de la légende, on ne leur fait pas boire de bière et on ne les masse pas, à part si les bêtes sont malades ». Le secret, c'est aussi le terroir de Sendai, dont la terre et l'eau donnent un riz et un saké réputés à travers le Japon. Dans une étable qui accueille de jeunes bêtes d'environ 11 mois, M. Nemoto nous montre ce qu'il y a au menu: de la paille de riz (parfois des grains), des flocons à l'ail, et un mélange de maïs et de levure de bière. Dans l'étable voisine, les bêtes sont en fin de pension et partiront en décembre à l'abattoir. Grâce à ce régime alimentaire et à des soins constants (santé, propreté des étables), un bœuf de 800 kg donnera 550kg de viande, «

## Adresses

**Tasuke no Aji,**
4-4-13 Ichiban-chô,
Aoba-ku, Sendaï.
+81 (0)22-225-4641 –
www.aji-tasuke.co.jp

**Date no Gyûtan**
(www.dategyu.jp),
**Rikyu**
(www.rikyu-gyutan.co.jp)
**Kisuke**
et sont trois chaînes de gyûtan bien connues à Sendaï

**Katô,**
1-14-20 Kamisugi-chô,
Aoba-ku, Sendaï.
+81 (0)22-225-4129

*La langue de boeuf se déguste rosée.*

un très bon ratio » précise-t-il. Une belle bête notée A5 ou B5 se négocie autour de 1.200 000 yens (environ 10.000 euros).

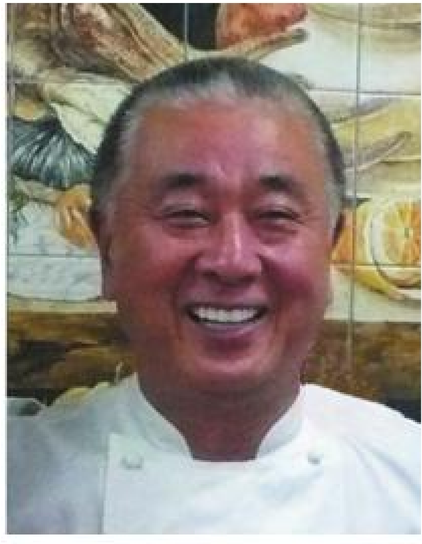
### A5 et oméga 3

Mme Katô allume le feu sous un lourd plat en fonte « ici depuis l'origine, depuis 50 ans ». Elle en graisse le fond et y dispose des champignons (*shiitake* et *enokitake*), des oignons, du chou. Viennent ensuite des morceaux de bardane (gobô, racine couramment utilisée en cuisine), du shirataki (vermicelles à base de racine konnyaku) et du tôfu, avant d'y ajouter de fines tranches de bœuf. Elle arrose le tout d'une sauce *tare*, mélange de *mirin* (saké de cuisine), de shôyu (blé et soja) et de sucre qu'on a laissé fermenter pendant un mois. Nous sommes chez Katô, l'un des plus anciens restaurants de bœuf de Sendaï, et la patronne nous prépare un fameux *sukiyaki* (voir encadré).

Ici, évidemment, ce ragoût nippon se prépare avec la meilleure viande de la région, du sendaigyû noté A5, comme celui de la ferme Nemoto. « On en fait aussi du steak et du shabu shabu, en achetant non pas sur le marché mais directement à un grossiste des meilleurs élevages de la région, explique M. Katô. Le sendaigyû, il n'y a rien de tel ». Le patron pose même fièrement avec dans les bras une belle pièce de viande. Il doit y en avoir deux kilos, la chair est rose foncé, brillante. Les nervures de graisse annoncent qu'elle sera indéfiniment tendre en bouche, avec une saveur ample légèrement assaisonnée par l'œuf dans laquelle on la trempera. Un véritable caviar dont certains vouent les vertus : le gras des meilleurs bœufs nippons serait plus pauvre en cholestérol que chez d'autres races bovines, et sa viande contiendrait un taux élevé de ces acides gras non saturés, ou oméga 3, que vantent certains nutritionnistes.

# La leçon de cuisine de Nobu

*Ci-dessous, la salade de pousses d'épinards.*



**LE CÉLÈBRE CHEF JAPONAIS ÉTAIT, LE 15 OCTOBRE DERNIER, L'INVITÉ EXCEPTIONNEL DE L'ÉCOLE ESCOFFIER DE L'HÔTEL RITZ, À PARIS, POUR UNE DÉMONSTRATION CULINAIRE. PROPRIÉTAIRE OU CO-PROPRIÉTAIRE (AVEC L'ACTEUR ROBERT DE NIRO NOTAMMENT) DE 25 RESTAURANTS RÉPARTIS DANS 21 PAYS, LE PAPE DE LA NOUVELLE CUISINE JAPONAISE PASSE AUJOURD'HUI PLUS DE TEMPS DANS LES AVIONS QUE DANS LA CUISINE. IL N'EN A PAS POUR AUTANT PERDU LA MAIN NI… LA TÊTE.**



*Le bar "new style" , un classique de Nobu réalisé par le chef en personne*

Par Patrick **MANASSON**

Accompagné de Michel Roth, le chef en titre du Ritz, le « Shogun » Nobu pénètre timidement dans la belle cuisine de l'école où l'attendent une vingtaine de journalistes et de photographes. Il salue à la japonaise, à la fois modeste et seigneurial, et dit quelques mots d'anglais avant de switcher pour le japonais. La soixantaine soignée, Nobu Matsuhisa présente le même visage sans rides que sur la couverture de ses livres et prodigue à volonté ce sourire spontané qu'affectionnent tant les photographes. Il s'est en-



touré, pour cette présentation à la presse, de l'équipe du Nobu Athènes, l'un des derniers-nés des Nobu d'Europe.
Nobu a choisi 3 plats très simples de son répertoire : une salade de pousses d'épinards aux crevettes, un sashimi de bar « new style » et un tataki de saumon sauce karashi su-miso.
D'emblée, il nous prévient qu'il est incapable de nous indiquer les doses car pour lui, la cuisine est d'abord affaire d'émotion et de sensibilité personnelle : « cuisinez toujours selon votre goût, conseille-t-il. Et n'hésitez pas à adapter mes recettes aux ingrédients que vous aimez. »
Il jette négligemment dans un récipient de métal quelques pousses d'épinards qu'il arrose d'huile d'olive et d'huile de truffe. Puis il ajoute deux ou trois pincées de miso séché (« ma dernière trouvaille » confie-t-il), des poireaux, également séchés, quelques gouttes de yuzu et du poivre avant de touiller le tout à pleines mains. « Il ne faut jamais mélanger trop car sinon, on ne sent plus les différents ingrédients dont le plat est composé ». Il ouvre ensuite les crevettes crues sur toute la

longueur et les fait revenir quelques secondes à la poêle avant de les disposer autour des pousses d'épinards comme des mini-cariatides. C'est prêt !

Lorsque nous lui demandons s'il s'agit d'un plat japonais, Nobu sourit : « C'est vrai que je suis d'origine japonaise et forcément, mes plats ont tous quelque chose de japonais. Mais je dirais, en toute modestie, que je fais du… Nobu ».



*Une salade de pousses d'épinards toute simple… façon Nobu.*

Même s'il s'est éloigné de la tradition, « l'esprit japonais » de Nobu est indiscutable lorsqu'on le regarde couper le poisson *usuzukuri* (coupe très fine) pour le sashimi new-style. Cet homme-là sait indéniablement tenir un couteau ! Il nous explique qu'un couteau japonais (*hocho*) doit être utilisé sur toute la longueur de la lame pour réussir une découpe bien nette. Ne jamais cisailler ni pousser le couteau vers l'avant : « il faut tirer la lame vers soi sans produire la moindre force. Laisser simplement le couteau  faire son travail ». Et en effet, les lamelles de bar semblent de détacher d'elles-mêmes ! Nobu les dispose ensuite en rosace sur une assiette et dépose sur chacune d'elles un peu d'ail en poudre, du



gingembre frais et un brin de ciboulette. « Quand je suis arrivé au Pérou, dans les années 70, dit-il, je faisais de la cuisine purement japonaise et je proposais du poisson cru avec de la sauce soja comme au Japon. Mais j'étais quand même intéressé par la technique péruvienne qui consistait à cuire légèrement le poisson dans le citron. Un jour, une cliente qui voulait absolument goûter ma cuisine m'a prévenu qu'elle était incapable de manger du poisson cru. J'ai alors eu l'idée de cuire le poisson non pas avec du citron mais avec de l'huile bouillante. » Joignant le geste à la parole, Nobu empoigne alors une petite casserole dans laquelle il a fait chauffer un mélange d'huile d'olive et d'huile de sésame et en verse quelques gouttes sur le poisson cuisant celui-ci à environ 10%.

J'ai baptisé ce plat sashimi « New style » pour le distinguer du sashimi classique qui se déguste toujours cru. « Pour la petite histoire, ajoute Nobu, je précise qu'après avoir mangé ce plat, cette cliente s'est mise, soudainement, à aimer le poisson cru ! J'en ai déduit que certains blocages alimentaires peuvent parfois être surmontés à condition de trouver les bonnes clés »…

Et la clé, pour Nobu, c'est d'abord le respect de l'individu et de ses goûts. « Je suis persuadé que si j'ai connu le succès, assure-t-il, c'est parce que j'aime profondément les gens. Quand je cuisine ou que je conçois un nouveau plat, j'y mets tout mon cœur et je pense que les gens s'en rendent compte. »

En grand professionnel, Nobu nous montrera encore un dernier plat que, selon lui, «  tout le



## Tokyo-New-York via Lima

Né en 1949 à Saitama, dans la banlieue de Tokyo, Nobuyuki Matsuhisa a commencé sa carrière comme simple sushi man dans un restaurant de Tokyo. En 1973, âgé de 24 ans, on lui propose de diriger un restaurant japonais à Lima au Pérou. Devant la difficulté de trouver les ingrédients dont il a besoin, Nobu est obligé d'adapter sa cuisine posant, sans le savoir, les jalons d'une gastronomie personnelle faite d'influences japonaises et sud-américaines. Après un bref passage à Buenos Aires, Nobu finit par s'installer à Los Angeles où il ouvre, en 1987, son propre restaurant, Matsuhisa, qui devient vite la coqueluche des stars de Hollywood. Au point qu'en 1993, l'acteur Robert de Niro propose à Nobu de s'associer avec lui pour ouvrir le premier « Nobu » à New-York. Ce sera le début d'une longue série d'ouvertures dont la dernière, à Budapest, date d'octobre 2010. Seul échec : le Nobu Paris, ouvert en 2000 en association avec le présentateur Jean-Luc Delarue et qui fermera rapidement pour mauvaise gestion.



Nobu au fourneau et au couteau et, au milieu, son fameux tataki de saumon.

monde peut faire » : un tataki de saumon au karashi su-miso. Après l'avoir salé et poivré, il passe rapidement à la poêle un filet de saumon se contentant de faire juste dorer chaque face. Puis il plonge le poisson dans un bac rempli de glaçons afin de stopper net la cuisson. Il fait ensuite revenir dans une petite casserole un mélange de miso, de mirin, de sucre qu'il étale sur une assiette et y dispose le saumon qu'il a coupé en tranches épaisses. Celui-ci est cuit à l'extérieur mais cru à l'intérieur. Au dernier moment, il ajoute un peu de vinaigre de riz et de la moutarde japonaise séchée.
Avant de s'éclipser, Nobu nous confie qu'il n'a pas, pour l'instant, le projet d'ouvrir un Nobu à Paris mais qu'il est très heureux de pouvoir faire découvrir sa cuisine aux Parisiens grâce à son « restaurant éphémère » du Ritz. Les amateurs ont jusqu'au 11 décembre pour tenter l'expérience. Avis aux amateurs !

## Le menu Nobu du Ritz

Ce menu « omakase » (suivant le goût du chef) exprime, selon la direction du Ritz, l'essentiel de ce qui fait la cuisine de Nobu. Il est facturé 175 €.

- Tartare de saumon au caviar impérial
- Poisson à chair blanche « New style »
- Salade de sashimi au thon, vinaigrette Matsuhisa
- Cabillaud black cod et miso au yuzu
- Bœuf wagyu sauce teriyaki au vinaigre balsamique
- Sélection de sushi et soupe japonaise
- Cappucino au whisky
- Quelques plats emblématiques comme le bar à la sauce piment jalapeno, le *harumaki* de crabe à carapace molle ou la salade de pâtes inaniwa au homard sont proposés à la carte.

**Nobu Matsuhisa au Ritz Paris, jusqu'au 11 décembre. Du lundi au samedi. Dîner uniquement. 38 rue Cambon Paris 1er. Réservations au 01 43 16 30 98.**

# Où trouver wasabi ?

**WASABI EST DISTRIBUÉ GRATUITEMENT DANS PRÈS DE 500 RESTAURANTS ET LIEUX JAPONAIS A PARIS ET EN PROVINCE DONT LA LISTE FIGURE CI-DESSOUS. VOUS POUVEZ EGALEMENT VOUS Y ABONNER OU OBTENIR D'ANCIENS NUMÉROS EN VOUS CONNECTANT SUR LE SITE WWW.WASABI.FR.**

## ◎ 1er arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **ACE GOURMET (BENTOS)** | 01 47 03 94 38 | 18 rue Thérèse |
| **AKI** | 01 42 97 54 27 | 11 bis rue Sainte Anne |
| **ASSOC. CULTUR. FRANCO-JAPONAISE DE TENRI** | 01 44 76 06 06 | 8-12, rue Bertin Poirée |
| **BOULANGERIE AKI** | 01 40 15 63 38 | ~~11 bis~~ rue Sainte Anne |
| **COOL JAPAN (OBJETS JAPONAIS)** | 01 42 60 20 85 | 45 rue Sainte-Anne |
| **DESTINATION JAPON (VOYAGE)** | 01 42 96 09 32 | 11, rue Villedo |
| **EBISU** | 01 42 61 05 90 | 19, rue St Roch |
| **EDOKKO** | 01 58 62 49 21 | 163, rue Saint Honoré |
| **FAMILY MARKET (ÉPICERIE)** | 01 42 61 06 39 | 32 rue St-Roch |
| **FOUJITA** | 01 42 61 42 93 | 41, rue St Roch |
| **FOUJITA 2** | 01 49 26 07 70 | 7, rue du 29 Juillet |
| **HELLO SUSHI** | 01 42 96 37 27 | 43, rue St Anne |
| **HIGUMA** | 01 47 03 38 59 | 32bis, rue St Anne |
| **HIGUMA** | 01 58 62 49 21 | 163, rue Saint Honoré |
| **JAPORAMA** | 01 42 36 21 30 | 35, rue Etienne Marcel |
| **KAZÉ (OBJETS JAPONAIS)** | 01 42 92 01 69 | 30 rue Saint-Roch |
| **KILALA** | 01 47 03 35 57 | 7, rue des Moulins |
| **KINUGAWA** | 01 42 60 65 07 | 9, rue du Mont Thabor |
| **KUNITORAYA** | 01 47 03 33 65 | 39, rue Ste Anne |
| **KUNITORAYA (NOUVEAU)** | 01 47 03 07 74 | 5 rue Villedo |
| **K MART (ÉPICERIE)** | 01 58 62 48 74 | 6-8 rue Sainte Anne |
| **LAI LAI KEN** | 01 40 15 96 90 | 7, rue Sainte Anne |
| **LIBRAIRIE JUNKUDO** | 01 42 60 89 12 | 18 rue des Pyramides, |
| **MATSUDA** | 01 42 60 28 38 | 19, rue Saint Roch |
| **MATSURI RICHELIEU** | 01 42 61 05 73 | 36 rue de Richelieu |
| **MIDORY** | 01 42 97 47 30 | 49, rue de l'Arbre Sec |
| **MIYOSHI** | 01 42 86 80 80 | 11, rue Danielle Casanova |
| **NANIWAYA** | 01 40 20 43 10 | 11 rue Sainte-Anne |
| **NODAIWA** | 01 42 86 03 42 | 272, rue Saint Honoré |
| **OFFICE DU TOURISME JAPONAIS** | 01 42 96 20 29 | 4 rue Ventadour |
| **SAGANO** | 01 40 41 04 45 | 10/12 rue des Prêcheurs |
| **SAPPORO RAMEN** | 01 40 15 98 66 | 276, rue Saint Honoré |
| **SAPPORO RAMEN** | 01 42 60 60 98 | 37, rue Sainte Anne |
| **SUSHI GAN** | 01 42 97 44 48 | 41, rue des Petits Champs |
| **TAKARA** | 01 42 96 08 38 | 14, rue Molière |
| **TORAYA** (pâtisserie) | 01 42 60 13 00 | 10 rue Saint-Florentin |
| **VILLA TOKYO** | 01 42 36 62 41 | 14, rue du Cygne |
| **YAKINIKU** | 01 42 96 27 60 | 11 bis rue Sainte-Anne |
| **YASUBE** | 01 47 03 96 37 | 9, rue Sainte Anne |
| **YOU HEISEI** | 01 42 60 55 50 | 11, rue Sainte Anne |
| **ZEN** | 01 42 61 93 99 | 8, rue de l'Echelle |

## ◎ 2e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **AAA (ECOLE DE JAPONAIS)** | 01 42 66 69 05 | 21 rue d'Antin |
| **ACE OPERA (ÉPICERIE)** | 01 40 07 93 57 | 43 rue Saint-Augustin |
| **ACE MART (ÉPICERIE)** | 01 42 97 56 80 | 63 rue Ste-Anne |
| **AICHI** | 01 42 96 93 51 | 86 rue de Richelieu |
| **AKI (BOULANGERIE JAPONAISE)** | | 16 rue Sainte-Anne |
| **BOOK OFF (librairie)** | 01 42 60 00 66 | 29 rue St Augustin |
| **CHEZ MIKI** | 01 42 96 04 88 | 5 rue de Louvois |
| **COMPTOIR DU SUSHI** | 01 53 40 88 88 | 36/38 passage du Ponceau |
| **DEVANT VOUS** | 01 42 96 96 27 | 80, rue de Richelieu |
| **EDOKKO** | 01 40 07 11 81 | 27, boulevard des Italiens |
| **HOKKAIDO** | 01 42 60 50 95 | 14, rue Chabannais |
| **JUJIYA (ÉPICERIE)** | 01 42 86 02 22 | 46 rue Sainte Anne |
| **KIM CHI** | 01 42 96 55 76 | 5, rue de Louvois |
| **KINTARO** | 01 47 42 13 14 | 24, rue Saint Augustin |
| **KIOKO (ÉPICERIE JAPONAISE)** | 01 42 61 33 66 | 46 rue des Petits Champs |
| **KOETSU** | 01 40 15 99 90 | 42 rue Sainte-Anne |
| **KYOTORI** | 01 42 60 06 99 | 10 rue Chabannais |
| **MATSU SUSHI** | 01 40 26 35 06 | 18, rue de Turbigo |
| **MATSURI SUSHI** | 01 40 26 11 13 | 26 rue Leopold Bellan |
| **MICHI** | 01 40 20 49 93 | 58 rue Sainte-Anne |
| **MOMIDJI** | 01 47 42 844 88 | 9, rue de Hanovre |
| **OGURA** | 01 47 42 77 79 | 20 rue de la Michodière |
| **OKINAWA** | 01 42 96 21 68 | 19, rue Saint Augustin |
| **TOKYO SUSHIS** | 01 45 08 15 50 | 37, rue Montmartre |
| **TOYOTOMI** | 01 42 86 02 86 | 24 rue des Petits Champs |
| **VOYAGES A LA CARTE** | 01 42 96 91 20 | 48 rue Sainte Anne |
| **YAMAMOTO** | 01 49 27 96 26 | 6, rue Chabanais |
| **YOKOSUNA** | 01 45 08 52 75 | 2, rue Léopold Bellan |

## ◎ 3e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **KAGAYAKI** | 01 48 87 61 88 | 79 bd. Beaumarchais |
| **TAÉKO** | 01 48 04 34 59 | 39, rue de Bretagne (marché des Enfants rouges) |
| **SUSHI WEST** | 01 42 75 50 00 | 10, rue de Bretagne |
| **YOSHIGAWA** | 01 48 04 35 00 | 184, rue St Martin |

### ◎ 4e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **AKATSUKI** | 15, rue des Archives | 01 42 78 71 27 |
| **ALLO SUSHI** | 13, rue Cloche Perce | 01 44 61 93 73 |
| **AOYAMA** | 22 bis, rue de la Verrerie | 01 42 74 53 92 |
| **BISTRO TOKYO** | 20 rue des Lombards | 01 42 72 11 11 |
| **IKAT (OBJETS JAPONAIS)** | 36 rue François Miron | 01 48 04 53 34 |
| **ISAMI** | 4, quai d'Orléans | 01 40 46 06 97 |
| **KIMONOYA (OBJETS JAPONAIS)** | 11 rue du Pont Louis-Philippe | 01 48 87 30 24 |
| **KYO** | 9 rue de la Verrerie | 01 42 72 56 48 |
| **KUROCHIKU (OBJETS JAPONAIS)** | 50 rue de l'Hôtel de ville | 01 42 77 44 83 |
| **MINORI** | 14 rue de la Cloche percée | 01 44 78 07 68 |
| **MIYAKODORI (OBJETS JAPONAIS)** | 1 impasse Guéménée | 01 42 78 23 11 |
| **SUN** | 14 bd de Sébastopol | 01 48 04 89 88 |
| **LE PALAIS DES THÉS** | 64, rue Vieille du Temple | 01 48 87 80 60 |
| **SUSHI PARADIS** | 7, rue François Miron | 01 42 78 98 83 |
| **TAKAOKA** | 76, quai de l'Hotel de Ville | 01 42 74 17 96 |
| **TAKIMI** | 24 rue Vieille du Temple | 01 42 77 43 82 |

### ◎ 5e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **AKIDA** | 121 rue Monge | 01 43 36 67 43 |
| **ASIA TEE** | 47 rue de la Montagne Ste Geneviève | 01 43 26 39 90 |
| **EDOGAWA** | 43, rue Mouffetard | 01 47 07 68 39 |
| **INAGIKU** | 14 rue de Pontoise | 01 43 54 70 07 |
| **SASHIMI BAR** | 4 rue des Fossés St Jacques | 01 43 54 57 98 |
| **YOULIN** | 3 rue Valette | 01 43 26 05 32 |

### ◎ 6e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **AZABU** | 3, rue André Mazet | 01 46 33 72 05 |
| **ITADAKI** | 64, rue Monsieur le Prince | 01 43 26 68 25 |
| **HANAFOUSA** | 4, passage de la petite boucherie | 01 43 26 50 29 |
| **JAPOTORI** | 41, rue Monsieur le Prince | 01 43 29 00 54 |
| **KIM'S ORIENT EXTREME** | 4, rue Bernard Palissy | 01 45 48 92 27 |
| **KYOTORI** | 61 rue monsieur le Prince | 01 43 54 48 44 |
| **MANDARINE SUSHI** | 32 rue St Placide | 01 42 22 25 21 |
| **OTO OTO** | 6, rue du Sabot | 01 42 22 21 56 |
| **SHU** | 8 rue Suger | 01 46 34 25 88 |
| **SUSHI HOUSE** | 50, rue Dauphine | 01 43 25 54 85 |
| **TOKUGAWA** | 49, bd du Montparnasse | 01 42 22 32 59 |
| **TOKYOTORI** | 18 rue monsieur le Prince | 01 55 42 02 56 |
| **TSUKIZI** | 2 bis, rue des Ciseaux | 01 43 54 65 19 |
| **YEN** | 22, rue St Benoit | 01 45 44 11 18 |
| **YUSHI** | 8, rue des Ciseaux | 01 44 07 03 11 |



### ◎ 7e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **AIDA** | 1, rue Pierre Leroux | 01 43 06 14 18 |
| **ARIDO** | 208 bis, rue de Grenelle | 01 47 53 74 49 |
| **MAISON DU SUSHI** | 44, avenue Bosquet | 01 45 51 24 24 |
| **MATSURI** | 74 rue du bac | 01 45 51 24 24 |
| **MIYAKO** | 121, rue de l'Université | 01 47 05 41 83 |

### ◎ 8e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **ASIAN** | 30, avenue Georges V | 01 56 89 11 00 |
| **BARAMAKI** | 64 bd Haussmann (3e étage du Printemps) | 01 42 82 49 03 |
| **CHAJIN (THÉ JAPONAIS)** | 24 rue Pasquier | 01 53 30 05 24 |
| **HANAWA** | 26 rue Bayard | 01 56 62 70 70 |
| **HYOTAN** | 3, rue d'Artois | 01 42 25 26 78 |
| **TAISHO KEN LAMEN** | 27, rue du Colisée | 01 45 61 09 79 |
| **JIPANGUE** | 96 rue La Boétie | 01 45 63 77 00 |
| **KAKYO** | 7, rue Clapeyron | 01 45 22 21 06 |
| **KINUGAWA** | 4, rue Saint Philippe du Roule | 01 45 63 08 07 |
| **KIYOMIZU** | 4 rue St Philippe du Roule | 01 45 63 08 07 |
| **KOHOHANA** | 1 bis rue Jean Mermoz | 01 45 62 15 68 |
| **NEW KYOTO** | 6, rue Corvetto | 01 53 04 07 90 |
| **KYOTO ST LAZARE** | 9, rue de l'Isly | 01 42 93 35 13 |
| **NAKA** | 40, rue de Ponthieu | 01 42 89 05 04 |
| **OKAME** | 235, Rue du Fg. Saint Honoré | 01 46 22 95 03 |
| **PLANET SUSHI** | 37, bd. Malesherbes | 01 53 30 03 03 |
| **SUSHI JAPO** | 53, rue de Rome | 01 44 90 00 61 |
| **YAKI KOCHI** | 35 rue La Boétie | 01 43 59 51 88 |
| **YAMAICHI** | 9 rue de l'Isly | 01 43 87 19 04 |

### ◎ 9e arrondissement

| | | |
|---|---|---|
| **CAFÉ PENINSULE** | 13 rue du fg. Montmartre | 01 47 70 53 03 |
| **FUJI SUSHI BAR** | 5 rue Joubert | 01 48 74 36 83 |
| **FUJI YAKI** | 20, rue Henri Monnier | 01 42 81 54 25 |
| **HOTARU** | 18 rue Rodier | 01 48 78 33 74 |
| **IZAAKI** | 35 rue Lafayette | 01 53 16 43 48 |
| **KIDAYA** | 15 rue Lafayette | 01 45 26 12 88 |
| **KIKU** | 56 rue Richer | 01 44 83 02 30 |

**KUSHI YAKI** 01 49 70 05 24
41, rue de Rochechouart

**MATSUSAKA** 01 48 00 94 64
16, rue Montyon

**MOMOKA** 01 40 16 19 09
5 rue Jean-Baptiste Pigalle

**SAKURAYA** 01 47 70 54 41
3, rue Grange-Batelière

**SUSHI BOUBOU** 01 48 78 84 80
52 rue Maubeuge

**SUSHI YAKI** 01 42 46 11 77
1 bis, rue Bleue

**TOKKI** 01 45 23 13 80
10 rue de la Boule rouge

**TONEGAWA** 01 42 65 29 18
8, rue Godot de Mauroy

**YAMAMURA** 01 48 00 90 18
1, rue Bergère

**YAMATO** 01 48 74 88 08
49 bd de Clichy

## 10e arrondissement

**ESPACE JAPON** 01 47 00 77 47
12 rue de Nancy

**NISHIKURA** 01 40 22 99 98
12, rue du Faubourg Poissonnière

**OISHI SUSHI** 01 40 35 14 12
38 rue Louis Blanc

**PLOUM** 01 42 00 11 90
20 rue Alibert

**SUSHI SAKE** 01 40 38 37 65
247, rue du fbg St Martin

**TOKIOYAKI** 01 46 07 67 91
231 rue du Fbg St Martin

**VILLA FUJI** 01 40 34 20 68
210 rue Lafayette

**WAKO** 01 46 07 08 88
208 bis, rue Lafayette

**YAMADA** 01 46 07 01 88
188, rue du fbg St Martin

## 11e arrondissement

**CENTRE FRANCO JAPONAIS** 01 43 48 00 38
8 passage turquetil

**FUJIWARA** 01 47 00 42 50
21, rue de la Roquette

**KAMPEI** 01 43 48 17 08
193 bd Voltaire

**KIMONO** 01 49 23 44 85
115, rue St Maur

**KINNOSUZU** 01 48 05 10 32
19, rue de la Roquette

**KYOBASHI** 01 53 36 73 34
117, rue St Maur

**MOMIJI** 01 48 06 14 72
20 rue Daval

**NAKAGAWA** 01 47 00 82 30
3 rue Saint-Hubert

**NAOKI** 01 43 57 68 68
5 rue Guillaume Bertrand

**PLANET SUSHI** 01 53 30 03 03
2-4 rue Richard Lenoir

**SAKURA** 01 43 38 74 92
46, rue de la Roquette

**SNG FRANCE (ÉCOLE)** 01 43 38 38 03
77 bd Richard Lenoir

**SUKIYAKI** 01 49 23 04 98
12, rue de la Roquette

**SUKI VILLAGE** 01 43 55 92 79
9 rue de Charonne

**TOYAMA** 01 43 56 15 11
109 bd de Charonne

**YAKIDAI** 01 40 21 62 33
41, rue de la Roquette

## 12e arrondissement

**GINZA** 01 43 46 61 96
1, rue Corbineau

**HAYASHI** 01 43 45 88 78
20 cours de Vincennes

**IZAKAYA** 01 46 28 93 88
59 rue de Lyon

**KOCHIYAKI** 01 43 41 59 64
3, rue Erard

**MIKACHI** 01 43 40 39 31
92 cours de Vincennes

**ROBATA** 01 43 07 68 79
96, rue Claude Decaen

**SAMOURAI** 01 43 07 52 30
12, rue Emilio Castelar

**SUSHIVILLA** 01 43 48 66 05
216, rue du Faubourg St Antoine

**TIB'S** 01 44 73 13 13
310 rue de Charenton

**YEKO** 01 43 43 82 18
154 av. Daumesnil

## 13e arrondissement

**BIG STORE (ÉPICERIE)** 01 44 24 28 88
81 Avenue d'Ivry

**ISHIKAWA** 01 53 79 12 76
45 rue Albert

**IZU** 01 43 31 87 51
7 rue Véronèse

**JAPONIKA** 01 45 86 86 83
8, avenue de Choisy

**MAKI SUSHI TOKYO** 01 45 84 54 41
44, rue de Tolbiac

**MATSUYAMA** 01 45 88 22 18
11-13 bd. Auguste Blanqui

**SAMOURAI** 01 45 82 88 88
42, avenue de la Porte d'Ivry

**TOKYO OSAKA** 01 44 24 38 48
207, avenue de Choisy

**TORI ICHI** 01 45 84 95 68
42 rue Louise Weiss

## 14e arrondissement

**ATSUMI** 01 43 27 09 83
28 rue de la Gaîté

**GINZA** 01 43 20 43 54
50 rue Daguerre

**HASHIMOTO** 01 45 43 70 56
46, rue Didot

**HOSHI** 01 43 27 16 21
11, rue de la Gaîté

**KIMURA** 01 45 42 33 15
38, rue Pernety

**PAN SUSHI** 01 40 44 00 87
147, av. du Maine

**SUSHITORA** 01 45 42 79 76
113, rue Didot

**SUSHI GOZEN** 01 40 47 55 01
20 rue Delambre

**TOMBO** 01 42 22 61 83
14, rue de l'Arrivée

**TORICHO** 01 43 21 29 97
47, rue du Montparnasse

**YAMATO** 01 43 20 16 34
144 bd du Montparnasse

## 15e arrondissement

**ARITO MONTPARNASSE** 01 42 22 01 00
20, rue de l'Arrivée

**BENKAY** 01 40 58 21 26
61 quai de Grenelle

**CULTURE JAPON (BOUTIQUE)** 01 45 79 02 00
101 bis quai Branly

**EURO-MART (ÉPICERIE)** 01 45 77 42 77
17 avenue Emile Zola

**HI MART (ÉPICERIE)** 01 45 75 37 44
71 bis rue Saint-Charles

**JAPAN SUSHI EXPRESS** 01 45 67 00 01
145, rue de Vaugirard

**JUGOYA** 01 45 79 03 80
85, rue des Entrepreneurs

**KAISEKI SUSHI** 01 45 54 48 60
7 bis, rue André Lefebre

**KANAE (supérette)** 01 56 56 77 60
118 rue Lecourbe

**KITO KITO** 01 47 34 12 09
45 rue Mathurin Régnier

**K-MART (ÉPICERIE)** 01 45 57 56 33
354 rue Lecourbe

**KOKUMI** 01 47 83 21 97
121, rue de Vaugirard

**KOYUKI** 01 45 32 67 56
20, rue Gramme

**KUNCHAPAI** 01 40 60 78 31
168 rue Saint-Charles

**LÉGENDE DU JAPON** 01 40 60 14 11
166 rue Saint-Charles

**MAISON DE LA CULTURE DU JAPON** 01 44 37 95 00
101 bis quai Branly

**MATCHAN** 01 45 77 03 50
55, rue du Théâtre

**NANA-YA(ÉPICERIE)** 01 46 47 79 48
81 av. Mozart

**NIPPON SUSHI** 01 48 28 35 28
2, rue Leriche

**NOMIYA** 01 40 43 91 91
6 rue d'Alleray

**OKAYAMA** 01 45 78 80 01
17, rue de Lourmel

**OSAKA VOUILLE** 01 45 31 35 28
40, rue de Vouillé

**SANMARU SUSHI** 01 45 75 20 00
26 rue Tiphaine

**TAGAWA** 01 45 75 93 21
37 bis, rue Rouelle

**TAKI** 01 45 79 42 28
54, rue du Docteur Finlay

**TOKYO SUSHI** 01 45 71 08 96
28, rue Lacordaire

**YAMATO** 01 45 79 03 80
85 rue des Entrepreneurs

**YANASE** 01 42 50 07 20
75, rue Vasco de Gama

**WASABI** 01 45 30 38 14
89 rue de la croix nivert

## 16e arrondissement

**AKASAKA** 01 42 88 77 86
9, Rue Nicolo

**GO SUSHI** 01 45 25 67 00
52 av Mozart

**HISADA (FROMAGERIE)** 01 42 88 34 30
17 rue Le Marois

**JUAN** 01 47 27 43 51
144 rue de la Pompe

**MATSURI** 01 42 24 96 85
2, rue de Passy

**MATSURI** 01 47 27 00 59
119-121 avenue Victor Hugo

**MIYAGAWA** 01 45 27 01 83
11 bis av. de Versailles

**OKYOTO** 01 46 51 20 84
10, rue Chanez

**OSAKA** 01 45 25 60 29
1 rue Jouvenet

**OZU** 01 40 69 23 90
2 av. des Nations Unies

**SUSHI GOURMET** 01 45 27 09 02
1 rue de l'Assomption

**SUSHI WEST** 01 45 05 50 00
12, rue de Longchamp



**TAMPOPO** 01 47 27 74 52
66, rue Lauriston

**YUSHI 16** 01 47 04 53 20
70 rue de Longchamp

## 17e arrondissement

**AYAME** 01 42 27 98 00
10, rue Rennequin

**CHEZ YI (SALON DE THÉ)** 01 47 31 40 89
27 rue Bayen

**ISUMO** 01 47 64 36 27
47/51, rue des Acacias

**KANNO** 01 42 27 80 63
6, rue Saussier Leroy

**KIFUNE** 01 45 72 11 19
44, rue Saint Ferdinand

**MAKO** 01 44 09 89 63
19 av. Mac Mahon

**MIYAKO SUSHI** 01 44 85 53 00
103, rue Legendre

**NAGANO** 01 48 88 90 53
117, rue de Tocqueville

**NAKAMURA** 01 40 55 96 72
25, rue Brey

**NAOKO** 01 40 08 08 78
11, rue Blot

**SHINANO** 01 45 72 60 76
9, rue Belidor

**SHOGUN SUSHI** 01 43 80 72 88
139, rue Cardinet

**SOLEIL LEVANT** 01 48 88 02 75
57 rue de Tocqueville

**SOLEIL LEVANT** 01 45 74 21 68
4 rue Troyon

**SUSHI BA** 01 42 93 11 30
99 rue des Dames

**SUSHI NAMI** 01 42 27 14 22
38, rue Laugier

**SUSHI WADA** 01 44 09 79 19
19, rue de l'Arc de Triomphe

**SUSHI WEST** 01 42 27 50 00
1, rue Jouffroy d'Abans

**SUSHI YAKITORI** 01 48 96 97 98
115, rue Legendre

**THÉ DE YI** 01 45 74 16 18
27 rue Bayen

**TIB'S** 01 45 72 03 59
51 rue Bayen

**YAMATO** 01 43 87 67 38
16, bd des Batignolles

**ZENZAN** 01 53 81 00 75
4, rue Brey

## 18e arrondissement

**ASUKA** 01 42 55 50 91
145, rue Marcadet

**ENISHI** 01 42 57 32 14
67 rue Labat

**FUGU** 01 42 23 11 11
112, rue Lamarck

**GUILO GUILO** 01 42 54 23 92
8 rue Garreau

**JUN KOU KO** 01 42 58 80 30
79 rue des Martyrs

**KEIKO** 01 46 06 41 23
145 rue Ordener

**KINTARO** 01 42 57 27 97
106 bd. Rochechouart

**MIYAZAKI** 01 42 29 18 71
2 rue Lagille

**MANEKI NEKO (ASSOCIATION)** 01 42 64 52 78
1 bis rue Garreau

**NAOKO** 01 53 41 64 33
3, rue des Abbesses

**SAKANA** 01 53 28 08 35
46 bd de Clichy

**SUSHI AKASHI** 01 44 90 05 68
5 rue Forest

**TOKYO** 01 42 54 3112
40 rue Custine

## 19e arrondissement

**MATSUBA** 01 40 34 42 92
37 av Corentin Cariou

**MINOWA CONCEPT** 01 42 38 96 24
11, rue de la Villette

**NAKAGAWA** 01 42 08 43 22
9 rue Lassus

**PRÊT À CUIRE** 01 42 40 66 63
7 rue des Fêtes

**SUSHI YA** 01 42 02 85 82
12, rue Pradier

## 20e arrondissement

**ASAHI** 01 43 58 78 27
36 rue de Belleville

**SAPPORO** 01 43 73 88 70
152 bd de Charonne

**SUSHI BAR** 01 42 41 28 99
153 rue de Belleville

**TAKICHI** 01 47 97 03 96
7, rue du Cher

## Boulogne-Billancourt

**SANKI** 01 46 08 38 38
38 av. Edouard-Vaillant

**SHIKI** 01 47 61 94 22
53 rue Gallieni

## Levallois-Perret

**SUSHI LAND** 01 41 06 07 54
68 rue Louise Michel

## Issy-les-Moulineaux

**SUSHI KEN** 01 46 42 58 18
12 rue Ernest Renan

## Neuilly-sur-Seine

**MATSURI** 01 46 24 59 82
18, avenue Charles de gaulle



# PROVINCE

## SUD

### AGEN

**OSAKA** 05 53 66 31 76
38, bd Sylvain Dumon

### AIX EN PROVENCE

**GEISHA SUSHI EXPERIENCE** 04 42 20 30 00
53 Cours Mirabeau

**KYO SUSHI (À EMPORTER)** 06 50 01 50 50
500 rue Berthelot

**NIJI EXPRESS** 04 42 26 14 74
51 Rue d' Italie

**NIKKI SUSHI** 04 42 28 57 05
49 bd Carnot

**SUSHIKA** 04 42 27 59 91
23 rue de la Couronne

**YAMATO** 04 42 38 00 20
21 av des Belges

**YAMASUSHI** 04 42 39 92 50
9 rue d'Italie

**YOJI** 04 42 38 48 76
7, av. Victor Hugo

### AUBAGNE

**MOST OF SUSHI** 04 42 32 91 61
86 rue de la République

### CANNES

**EDO SUSHI** 04 93 99 40 39
14 rue Mace

**FUJI CANNES** 04 93 39 00 31
17, rue Notre Dame

**O'SUSHI** 04 93 68 28 23
12 rue des Belges

**SUSHIKAN** 04 93 39 86 13
5 RUE FLORIAN

**TOKYO CANNES** 04 93 68 92 21
1, bd Victor Tuby

### CASSIS

**UNIVERSAL SUSHI** 04 42 08 27 91
11 av. Viguerie

### CLERMONT FERRAND

**MAIKO** 04 73 90 79 15
65 rue du Port

**SANTOOKA** 04 73 31 33 45
13 Rue Saint Dominique

**LE SUSHI CAFÉ** 04 73 31 33 45 / 04 73 36 09 71
21 rue des Vieillards

### HYERES

**YÔKOSÔ** 04 94 23 41 77
10 rue du Soldat Ferrari

### MARSEILLE

**CAFÉ SUSHI** 04 91 33 78 87
22 bd Paul Peytral

**KIM DO** 04 91 34 00 08
4 rue Capazza

**LA VILLA** 04 91 71 21 11
113 rue Jean Mermoz

**SHABU SHABU** 04 91 54 15 00
30 rue de la Paix

**SUSHI MOTO** 04 91 78 29 71
50 bd Baille

**SUSHI STREET CAFÉ** 04 91 54 17 90
24 bd Notre-Dame

**SU** 04 91 52 22 27
28, rue Bir Hakeim (Galeries Lafayette)

**WASAB'ART SUSHI** 04 91 47 69 40
21 rue du docteur Escat

**ZEN PRADO** 04 91 53 00 09
60 av. du Prado

### MARTIGUE

**SUKI SUSHI** 04 942 42 05 42
14 Bd Jean Zay

### MONACO

**CAPOSUSHI** 00.377.93.25.59.52
6 impasse de la Fontaine

**FUJI MONACO** 00.377. 93 30 40 11
4 impasse Madonne

**MAYA BAY SUSHI BAR** 00.377. 97 70 74 67
24 av. Princesse Grace

**MY SUSHI** 00.377. 97 70 67 67
2 rue des Orangers

### MONTPELLIER

**LE SUSHI BAR** 04 99 77 06 06
20 rue Bernard Délicieux

**SAKURA** 04 67 15 14 32
65 av. Samuel Champlain

**SUSHI BOAT** 04 67 92 00 37
12 rue de Verdun

**SUSHI SHOP**
2 Place Molière

### NICE

**AMADA** 04 93 62 00 81
17, rue Tonduti de l'Escarène

**JUN NICE** 04 93 85 47 78
47, rue Gioffredo

**HOME SUSHI & SASHIMI** 04 93 55 37 37
3, rue de Orestis

**HOT POT** 04 93 82 33 54
6 rue d'Alsace Lorraine

**KAMOGAWA** 04 93 88 75 88
18 rue de la Buffa

**MY SUSHI** 04 93 62 16 32
18, cours Saleya

**O'SUSHI** 04 93 82 92 45
30 Avenue Jean Médecin

**SAISON** 04 93 85 69 04
17 rue Gubernatis

**YUZU SUSHI BAR (NOUVEAU)** 04 93 85 79 87
35 rue Maréchal Joffre

**LE ZEN** 04 93 82 41 20
27 rue d'Angleterre

### PAU

**WASABI'S** 05 59 27 06 98
2 place Clemenceau

### PERPIGNAN

**OMEDETO** 04 68 51 29 20
12, Avenue Général Leclerc

### RAMATUELLE
**NIKKI BEACH** 04 94 79 82 04
Route de l'Epi

### TOULOUSE
**L'ASSIETTE JAPON** 05 61 21 50 91
28 rue Peyrollères

**HINODE** 05 61 21 51 26
17, rue d'Austerlitz
**JAPAN** 05 61 22 85 85
8 rue de l'Echarpe
**JAPOYAKI** 05 61 13 68 69
11, rue d'Austerlitz
**SHUN** 05 61 99 39 20
35, rue Bachelier
**SUSHI KAN** 05 61 11 22 67
24 av. de l'URSS
**SUSHI OHISHI** 05 61 23 00 26
13 Rue De L'alsace Lorraine
**SUSHIYA** 05 61 23 17 71
3 place du Peyrou
**SUSHI YAKI** 05 61 12 00 60
9, rue Ste Ursule

### SOLLIES-VILLE
**BÔ SUSHI** 06 20 14 02 82
RN 97

## OUEST

### BIARRITZ
**LE SUSHI LAND** 05 59 22 24 96
9 av. de la Reine Victoria

### BORDEAUX
**CAFE JAPONAIS** 05 56 48 68 68
22, rue St Siméon
**LE KIMONO** 05 56 79 23 30
22 rue Ferdinand Philippart
**LE SHOGUN** 05 56 39 05 12
168 bis cours du Médoc
**MOSHI MOSHI** 05 56 79 22 91
8 place Ferdinand Lafargue

### BREST
**HINOKI** 02 98 43 23 68
6 Rue des Onze Martyrs

### CAEN
**COSY SUSHI** 02 31 75 11 08
3 rue du Vaugueux
**MIYAKO** 02 31 34 77 83
13, rue St Michel

### CHALLANS
**OBJECTIF ZEN** 02 51 93 28 76
11 place Aristide Briand

### CHARTRES
**SHOGUN** 02 37 36 07 19
8, rue Dr Michel Gibert

### LA BAULE
**LE CAFE BOUILLU** 02 40 23 14 14
22 pl. du Maréchal Leclerc

### LA ROCHELLE
**FUJIYAMA** 05 46 41 21 28
25 quai Gabut

### NANTES
**NOW SUSHI** 02 40 74 18 18
32 bis, rue Fouré
**TAÏ SHOGUN** 02 40 48 66 07
8 bis quai François Mitterrand
**TOKYO** 02 40 89 02 04
14 rue de la Juiverie

### QUIMPER
**ABALONE SUSHI** 02 98 64 38 91
17 Halle St François

### RENNES
**FUJI** 02 99 38 12 00
8, rue Derval
Contour de St Germain
**MIZUNA** 02 99 79 18 66
3 rue d'Argentré
**SAKURA** 02 99 78 11 80
1 rue Saint Louis
**SIMPLY SUSHI** 02 99 78 18 33
2 rue Jules Simon

### SAINT-MALO
**TAKICHI** 02 23 18 28 29
5 rue Alphonse Thébault
**TAMPOPO** 02 99 40 87 53
5 place de la Poissonnerie

### SOTTEVILLE-LES-ROUEN
**WASABI** 02 35 63 41 82
34 bis Place de l'Hôtel de Ville

### SOUSTONS
**SUSHI NORI** 06.79.53.26.22
22 rue du 8 mai 1945

## EST

### ANNECY
**O SUSHI** 04 50 45 81 62
2 rue Louis Revon

### CHAMBERY
**YAMAMO** 04 79 60 07 57
87, rue Ste Rose

### DIJON
**SUSHI BAR** 03 80 50 06 56
7 rue Michelet

### GRENOBLE
**HOKKAIDO** 04 76 54 18 76
Rue Diodore Rahoult
**KYOTO** 04 76 54 08 91
1, place du Charmeyran (La Tronche)
**OSAKA** 04 76 43 26 49
1 rue Colbert
**SAPPORO** 04 76 85 02 45
64, cours Jean Jaures
**LE SAKÉ** 04 76 87 46 51
29 rue Condorcet

### LYON
**CHEZ FYFY** 04 72 41 81 22
6 rue des Marronniers
**GOMAN ETSU** 04 78 39 31 91
11 rue Lanterne
**MATSURI** 04 78 27 83 06
7 rue de la Fromagerie (1er)
**MATSURI** 04 37 24 74 90
109 cours Lafayette (6e)
**MATSURI** 04 72 85 06 36
60, rue de st Cyr
**NOBORU** 04 78 42 35 79
28 rue Henri Germain
**SOLEIL LEVANT** 04 78 95 04 37
204 rue Garibaldi
**SUSHIDO** 04 78 52 70 35
169 rue Cuvier
**SUSHI KING** 04 78 71 04 43
Centre commercial de Lyon Part-Dieu
**SUSHI & SUSHIS** 06 11 07 24 24
49 Rue de Gerland
**TEPPANYAKI** 04 72 56 05 05
11 quai Romain Rolland
**CHEZ TERRA** 04 78 89 05 04
81 rue Du Guesclin

### SAINT ETIENNE
**KYOTO** 04 77 21 74 26
8, rue des Martyrs de Vingre

### METZ
**OSAKA METZ** 03 87 36 68 90
32 bis rue Dupond des Loges

### MULHOUSE
**TOKYO MULHOUSE** 03 89 54 11 18
102 rue de Bale

### REIMS
**MATSURI SUSHI** 03 26 86 10 10
9, rue de Chativesle
**TOKYO SARL** 03 26 85 93 46
61, place d'Erlon

### STRASBOURG
**FUJIYAMA** 06 19 60 02 12
19 rue des veaux
**MIKADO** 03 88 21 07 20
11 quai Turckheim
**MOOZE** 03 88 22 68 46
1 rue de la Demi Lune

### VITTEL
**LE COMPTOIR** 03 29 08 90 83
294 rue de Verdun

## NORD

### LILLE
**JOMON** 03 28 36 84 46
4 rue de la Rapine



100% RIZ BIO
DANS LES RESTAURANTS MATSURI, LE RIZ EST ISSU À 100% DE L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE, PAR RESPECT DE LA TERRE ET DE VOTRE SANTÉ | WWW.MATSURI.FR
AB
AGRICULTURE BIOLOGIQUE
matsuri